МАСТЕРА ПСИХОЛОГИИ

Л. Хьелл Д. Зиглер

ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

3-е издание



МАСТЕРА
ПСИХОЛОГИИ

PERSONALITY THEORIES

BASIC ASSUMPTIONS, RESEARCH, AND APPLICATIONS

THIRD EDITION

Larry A. Hjelle
Associate Professor, Psychology
State University of New York
College at Brockport

Daniel J. Ziegler
Dean, Graduate School
and Professor, Psychology
Villanova University

McGRAW-HILL, INC.
New York St. Louis San Francisco Auckland Bogota
Caracas Lisbon London Madrid Mexico Milan Montreal
New Delhi Paris San Juan Singapore Sydney Tokyo Toronto

Л. Хьелл Д. Зиглер

ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

Основные положения, исследования и применение

Рекомендовано Советом по психологии УМО по классическому университетскому образованию в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению и специальностям психологии



Москва · Санкт-Петербург · Нижний Новгород · Воронеж
Ростов-на-Дону · Екатеринбург · Самара · Новосибирск
Киев · Харьков · Минск
2008

ББК 88.5
УДК 159.9
Х35

Хьелл Л., Зиглер Д.

Х35 Теории личности. — 3-е изд. — СПб.: Питер, 2008. — 607 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).

ISBN 978-5-88782-412-3
5-88782-412-3

Монография видных американских исследователей Л. Хьелла и Д. Зиглера адресована всем, для кого знание и практическое применение психологии необходимы в профессиональной деятельности. Прочесть ее будет полезно психологам и врачам, преподавателям и студентам, а также широкому кругу читателей, интересующихся вопросами современной психологии личности, межличностными и семейными отношениями. Книга охватывает широкий круг направлений в теории личности, разработанных такими крупнейшими учеными, как Фрейд, Адлер, Юнг, Эриксон, Фромм, Хорни, Кеттел, Айзенк, Скиннер, Бандура, Роттер, Келли, Маслоу, Роджерс. Большинство этих теорий впервые в столь полном объеме представлены на русском языке. В конце каждой главы читатель найдет обширный библиографический материал, посвященный конкретной проблеме.

ББК 88.5
УДК 159.9

© 1992, 1981, 1976 by McGraw Hill, Inc
© Перевод на русский язык ЗАО Издательский дом «Питер», 2005
© Издание на русском языке, оформление ООО «Питер Пресс», 2008

ISBN 0-07-029079-2 (англ.)
ISBN 978-5-88782-412-3

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ К РУССКОМУ ИЗДАНИЮ

На Западе настоящее издание является одним из самых читаемых в своей области. Если бы такая книга вышла у нас лет двадцать назад, российская психология как наука избежала бы многих проблем роста. Не секрет, что долгое время мы жили в условиях, когда для широкой публики, да и для специалистов, существовали единственно правильная и прочие психологические теории, которые соответствующим образом освещались и в печати. В прежнюю эпоху книги, подобные этой, но не переведенные официально на русский язык, бережно передавались из рук в руки и были предметом гордости небольшого числа владельцев.

В предлагаемом вниманию читателей издании сделана очередная — не первая и не последняя — попытка обобщить, а точнее, осмыслить по-новому, сведя в единое целое, ряд крупнейших теорий личности, разработанных в психологии за минувшие сто лет — собственно, за всю историю ее научного периода. В этом плане перед вами — энциклопедия, прежде всего по актуальным направлениям современной психологической науки.

Любая система живет и развивается, поэтому очень ценно то, что авторы «иллюстрируют» представляемые теории примерами современных экспериментальных исследований. Немаловажен и тот факт, что при освещении каждой теории приводятся аргументы «за» и «против», что придает материалу книги сбалансированность. Именно ее так недостает многочисленным «узким» монографиям, где выборочно представлены теории, имеющие порой второстепенное значение. В этом смысле данный труд — подарок читателям, так как им впервые представляется возможность «за деревьями увидеть лес» в необъятном мире психологических построений.

Наше знакомство с западной психологией не носило устойчивого характера: оно то прекращалось, то возобновлялось. Оттого одни теории и авторы известны нам больше (Г. Айзенк, Р. Кеттел), другие — меньше (Дж. Келли). Вместе с тем при изложении любой теории неизбежны определенные потери: нелегко передать стиль мышления автора, каждый из которых неповторим, уникален. В частности, книги Эрика Эриксона оказали на общественное сознание США такое сильное действие, что в период известных студенческих волнений 1960-х годов молодые люди шли к Белому дому, держа его произведения в руках наравне с Библией. Это трудно почувствовать при чтении главы, посвященной теории Эриксона, однако возможно.

Читателю мы порекомендовали бы также не упускать из виду, что дискуссии между представителями разных направлений в психологии не утихают (состояние для науки естественное) и окончательных вердиктов, надеемся, вынесено не будет. Этого можно не заметить за некоторыми упрощениями, допущенными авторами. Например, драматическая идея Фрейда о смерти, вызвавшая раскол даже среди его учеников, представлена в очень плоском виде: как идея об изначально присущей человеку агрессии. Пользуясь случаем, подчеркнем, что тенденция к разрушению и агрессия — далеко не одно и то же (хотя так может казаться с точки зрения обыденного сознания), и агрессия может возникнуть при блокировании любого влечения, в том числе любовного (что уже более понятно с позиций здравого смысла и жизненного опыта).

Последняя категория неизбежных при издании такого фундаментального труда сложностей — это соотнесение сформировавшегося в нашей научной среде языка с авторской (западной) терминологией. Например, термин «инвайронментализм» подразумевает учет в теории личности внешних факторов среды, в отечественной же психологической науке мы обычно используем термин «социальное».

Убеждены, что настоящая книга станет не только объектом ссылок в научных публикациях, но и учебником по психологии личности и истории психологии, а также будет чрезвычайно полезной для педагогов, философов, других специалистов гуманитарного профиля.

Канд. психол. наук Ю. Т. Ковалев,
канд. психол. наук М. А. Гулина
С.-Петербургский государственный университет

Нашим женам
Джин и Элизабет

Нашим детям
Аньянетт, Кристиану,
Дэниелу и Марку

ОБ АВТОРАХ

Ларри А. Хьелл — доцент психологии в Государственном университете Нью-Йорка, Брокпортский колледж. Получил степень магистра по экспериментальной психологии в Университете Огайо (1964), степень доктора по социально-личностной психологии в Университете Оклахомы в Нормане (1967). Ранее преподавал в Университете Вилланова и Университете острова Принца Эдуарда. Д-р Хьелл опубликовал многочисленные статьи по проблемам психологии личности: локусу контроля, самоактуализации, самовосприятию, точности восприятия личности. Сейчас он исследует роль личностных переменных в связи с временной стабильностью шкал самоотчета. В его научные интересы также входят самоконтроль, объяснительный стиль и личностная эффективность. Он член Американской психологической ассоциации (АПА) и 8-го Подразделения (социально-личностное) АПА.

Дэниел Дж. Зиглер — профессор психологии и декан Высшей школы в Университете Вилланова. Получил степень доктора по психологии в Университете Темпл (1968). Работая в Университете Вилланова с 1961 года, д-р Зиглер был заведующим Отделения психологии с 1968 по 1987 год, деканом Высшей школы с 1987 года по настоящее время. Он автор многих публикаций в журналах и сборниках научных трудов, самые последние относятся к области когнитивных компонентов стресса. Как психолог, имеющий частную практику в Пенсильвании, д-р Зиглер накопил большой опыт в психологическом тестировании и консультировании. К тому же он приобрел национальную известность как лектор в области управления стрессом.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Первый курс по психологии личности должен ввести студентов в разнообразие теоретических направлений, которые помогут понять, почему люди ведут себя так, как они это делают в действительности. Поэтому третье издание представляет теории личности нескольких различных направлений. Мы надеемся, что студенты оценят по достоинству разнообразие концептуальных подходов к изучению людей. Изучение личности должно так или иначе концентрировать внимание на стратегиях и результатах эмпирических исследований. Помня об этом, мы привели в соответствие с современными требованиями и расширили изложение материала, касающегося эмпирической проверки теоретических предположений в процессе научного исследования. И наконец, элементарный учебник по теории личности должен придавать особое значение практическому применению теоретических идей. Поэтому мы включили многочисленные примеры, иллюстрирующие, как основные конструкты и постулаты различных направлений можно применить к повседневной жизни. При работе над этой книгой мы ставили себе задачу помочь студентам воспринять и оценить некоторые глубокие и восхитительные концепции личности.

Дисциплина персонология включает в себя множество теорий, методов исследования, научных открытий и сфер приложения. Мы надеемся, что в этом издании вы найдете стройное, информативное и четкое объяснение каждого из этих важных элементов, представляющих данную область сегодня. Кроме того, мы надеемся, что учебник позволит студентам осознать, как открытия, сделанные различными теоретиками, могут быть интегрированы с целью лучшего понимания всей сложности личности и поведения человека.

Как и во втором издании «Теорий личности», мы остаемся верны нашему утверждению, что теории личности отражают основные положения теоретика о природе человека. Этот тезис подробно излагается во вводной главе, где рассматриваются девять философских положений, лежащих в основе теорий личности. Этот новый подход к изучению личности позволяет разработать систему для сравнения и сопоставления различных теоретических точек зрения. И, что возможно даже более важно, такой подход поможет студентам увидеть поверх деталей отдельной теории основные философские взгляды, которых теоретик придерживался в отношении людей и их личности. Многочисленные отклики студентов и преподавателей, читавших второе издание данной книги, говорят о том, что взгляд с позиции основных положений расширяет понимание различий между теоретиками и их концепциями человечества.

Что нового в третьем издании?

Прежде всего, некоторые главы были расширены с тем, чтобы более полно осветить некоторые теории личности. А именно, мы дополнили изложение обзором теорий, сформулированных Карлом Густавом Юнгом, Эрихом Фроммом, Карен Хорни, Рэймондом Кеттелом, Гансом Айзенком и Джулианом Роттером. Отчетливо выраженные каждым из этих теоретиков концепции и принципы в значительной мере способствуют пониманию явлений, попадающих в сферу личности. Их взгляды на личность представлены в заключительных разделах глав, посвященных подробному описанию конкретных теоретических подходов. В главе 5, например, выдающиеся идеи, высказанные Эрихом Фроммом и Карен Хорни, освещаются после детального объяснения концепций, основных положений, эмпирических данных и практического применения эго-теории Эрика Эриксона. Мы также включили краткую биографическую справку о каждом из теоретиков и конспективно изложили достоинства и недостатки его системы.

Во-вторых, мы включили новую главу, описывающую стратегии, используемые исследователями при изучении личностных феноменов. Мы рассматриваем, как применяют метод анамнеза, корреляционный анализ и формальные эксперименты, для того чтобы оценить валидность теоретических предположений. К тому же мы описываем различные методы оценки (интервью, самоотчеты и проективные тесты), с помощью которых обычно собирают информацию о людях. Знание этих методов позволит студентам узнать, какую роль играет оценка в измерении индивидуальных различий. Они также поймут, насколько тесно методы оценки связаны с общим подходом исследователя к изучению фундаментальных вопросов и проблем личности.

Мы внесли и другие изменения в третье издание, сохранив в то же время хорошо зарекомендовавшую себя форму изложения и общую направленность, характеризовавшие предыдущее издание. Мы включили описание самых новых исследований, связанных с эмпирической валидизацией теоретических концепций. Например, мы обсуждаем современные попытки установить валидность психоаналитических гипотез с помощью метода подсознательной психодинамической активации. Результаты недавних работ по осознанной самоэффективности

и ее роли в осуществлении поведенческих изменений обсуждаются в контексте теории Бандуры. Более того, мы стремились сделать раздел, посвященный применению каждой теории, как можно более интересным и отражающим современное положение вещей. Например, мы рассматривали применение концепций оперантного научения к тренировке уверенности в себе и в тренинге с биологической обратной связью. Для большей наглядности текст снабжен иллюстративным материалом: фотографиями и несколькими новыми рисунками и таблицами. И наконец, мы привели описание нескольких новых шкал самоотчета, используемых исследователями для измерения черт личности.

Структура учебника

Учебник содержит систематическое изложение основных теоретических направлений, эмпирических исследований и приложений психологии личности. В первой главе обсуждаются вопросы, связанные с личностью как объектом исследования, функции, выполняемые теорией, компоненты теории и критерии, с помощью которых ее можно оценить. В главе также обсуждаются основные положения о природе человека, которые дают схему для рассмотрения различий между концепциями человечества у разных теоретиков.

Вторая глава подробно рассматривает исследовательские стратегии, используемые для изучения личности. Подчеркивается сила и слабость этих стратегий, с тем чтобы студенты приобрели какой-то опыт в оценке исследований, цитируемых в учебнике. Затем мы рассматриваем, как с помощью методов оценки личности можно получить полезную информацию об индивидуальных различиях. Также тщательно разобраны концепции надежности и валидности методик самоотчета и проективных методик.

В главах с 3-й по 11-ю включительно представлены наиболее значительные теоретические концепции личности. Рассматриваются теории Зигмунда Фрейда, Альфреда Адлера, Эрика Эриксона, Гордона Олпорта, Б. Ф. Скиннера, Альберта Бандуры, Джорджа Келли, Абрахама Маслоу и Карла Роджерса. Каждая глава начинается с краткого рассмотрения основных тезисов и акцентов изучаемого направления. Затем следует краткая биография теоретика, чьи идеи описываются. В этих очерках содержится информация о жизни ученого, существенная для понимания того, почему он придерживался именно такой точки зрения на личность. Затем идет наиболее обширный раздел каждой теоретической главы — подробное изложение конструктов и утверждений, составляющих теорию. В этом разделе приводятся различные примеры, иллюстрирующие теоретические концепции и их практическую значимость для повседневной жизни. За этим разделом следует анализ основных положений, касающихся природы человека, в процессе которого мы обобщаем позицию теоретика по нашим девяти положениям, связывая их с теоретическими концепциями, представленными в предыдущем разделе главы. Таким образом, студенты могут увидеть тесную связь между концепциями личности и философскими положениями, на которых они основаны. Затем мы обсуждаем эмпирическую валидизацию рассматриваемой теории. Мы показываем, как можно экспериментально проверить различные теоретические концепции, и вкратце суммируем результаты исследований, поводом для которых послужила данная тео-

рия. Затем следует раздел, посвященный применению теории или каких-то ее аспектов к соответствующей сфере поведения человека. Показано, что личностные концепции — не голые академические абстракции, а очень важные и необходимые понятия, которые могут объяснить широкий спектр поведения человека и его жизненные переживания.

Ранее мы уже говорили, что это издание было расширено за счет включения еще некоторых теорий личности, имеющих принципиальное значение. Мы надеемся, что студенты смогут лучше понять поведение человека, познакомившись с различными точками зрения внутри отдельного направления. В заключительной части соответствующих глав описаны основные представления о личности в интерпретации Карла Густава Юнга, Эриха Фромма, Карен Хорни, Рэймонда Кеттела, Ганса Айзенка и Джулиана Роттера. Студенты имеют возможность изучить 15 разных точек зрения на проблему личности. Мы полагаем, что студенты, начинающие изучение личности, без затруднений смогут справиться с таким количеством теорий в течение одного семестра.

Каждая глава заканчивается кратким резюме основных положений, вопросами для обсуждения, словарем ключевых терминов, библиографией и списком рекомендуемой литературы. Мы полагаем, что это сделает учебник очень полезным и привлекательным для студентов.

В заключительной главе учебника мы обсуждаем полезность использования основных положений как структуры, в которой могут рассматриваться теории личности. Здесь мы возвращаемся к исходным позициям и оцениваем девять теорий, наиболее подробно описанных в тексте, по шести критериям полезной теории, обсуждавшимся в главе 1. И в заключение мы даем небольшой прогноз направлений и основных проблем, которые, вероятно, будут доминировать в области исследований личности в обозримом будущем.

Выражение признательности

Это новое издание заметно выиграло благодаря конструктивным замечаниям и предложениям ряда людей. Мы особенно благодарны группе рецензентов, каждый из которых внимательно прочел и прокомментировал часть рукописи или всю рукопись. Среди них были такие талантливые ученые, как: Аллен Дж. Браун, Северо-восточный университет; Джон С. Дюрье, Университет Фарли Дикинсон; Роберт А. Эммонс, Университет Калифорнии в Дэвисе; Рэнди Д. Фишер, Университет Центральной Флориды; Джейн Е. Гордон, Государственный университет Нью-Йорка в Олбани; Джеймс Дж. Джонсон, Государственный университет Иллинойса в Нормале; Крис Лэнгстон, Университет Пердью; Рэнди Дж. Ларсен, Мичиганский университет, Энн-арбор; Джозеф Дж. Палладино, Университет Южной Индианы; Шэрон Пресли, Государственный университет Калифорнии в Нортридже; Ричард Н. Уильямс, Молодежный университет Брайэма и Брайан Т. Йетс, Американский университет.

Мы также хотим поблагодарить Центр подготовки документов в SUNY, Брокпорт, за предоставление необходимой технической помощи во время написания рукописи. В частности, мы выражаем признательность Джин Камиц, Лорен Николсон и Вики Уиллис за неоценимую помощь на завершающих стадиях

проекта и за то, что они помогли представить издателю рукопись в форме магнитного диска.

Профессионализм, компетентность и поддержка всех сотрудников издательства McGraw-Hill достойны самой высокой оценки. Особая благодарность Марии Чиапетта, помощнику редактора по психологии, за ее великолепную работу по координированию рецензий и помощь в осуществлении проекта. Работать с ней было истинным удовольствием. Кроме того, мы благодарны нашему инспектору по производству Кэти Порцио и старшему инспектору по редактированию Скотту Эмерману за их помощь в процессе публикации. Крис Роджерс, исполнительный редактор, также оказал неизмеримую помощь на заключительном этапе работы.

Мы еще раз выражаем нашу глубокую признательность нашим женам, Джин и Элизабет, за их любовь и поддержку в процессе пересмотра и выхода в свет этого издания. Сердечная благодарность Джин Хьелл за ее ценные предложения относительно содержания и организации материала, чтение корректуры и за то, что она стойко переносила ворчание мужа, когда казалось, что работа идет медленно. Ее вклад в это издание был поистине огромным.

Ларри А. Хьелл
Дэниел Дж. Зиглер

Глава 1

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ: ВВЕДЕНИЕ В ДИСЦИПЛИНУ

Из всех проблем, с которыми сталкивались люди в ходе истории человечества, вероятно, наиболее запутанной является загадка природы самого человека. В каких разнообразных направлениях велись поиски, какое множество концепций было выдвинуто, но ясный и точный ответ до сих пор ускользает от нас. Существенная трудность состоит в том, что между всеми нами очень много различий. Люди разнятся не только своим внешним видом, но и поступками, зачастую чрезвычайно сложными и непредсказуемыми. Среди более чем пяти миллиардов людей на нашей планете не встретишь двух в точности похожих друг на друга. Эти громадные различия усложняют, если не делают вообще невозможным, решение задачи по установлению того общего, что объединяет представителей человеческой расы. Сравним, например, убийцу-рецидивиста, самоотверженного ученого, наркомана, коррумпированного политика, монаха и офицера высшего командного состава. Не считая того, что у этих людей одни и те же ткани и органы, трудно себе представить, какие общие свойства «человеческой натуры» могут их объединять. А когда горизонты научного поиска расширяются до исследования различных культур, мы обнаруживаем еще большее разнообразие основополагающих ценностей, устремлений и стилей жизни.

Астрология, теология, философия, литература и социальные науки — вот лишь некоторые из течений, в русле которых предпринимаются попытки понять всю сложность человеческого поведения и саму сущность человека. Какие-то из этих путей оказались тупиковыми, в то же время другие направления находятся на пороге своего расцвета. Сегодня проблема стоит остро как никогда, поскольку большинство серьезных недугов

человечества — стремительный рост численности населения, глобальное потепление, загрязнение окружающей среды, ядерные отходы, терроризм, наркомания, расовые предрассудки, нищета — являются следствием поведения людей. Вполне вероятно, что качество жизни в будущем, как, возможно, и само существование человеческой цивилизации будут зависеть от того, насколько мы продвинемся в понимании себя и других.

Наука о человеке

Истоки психологии можно проследить уже у древних греков и римлян. Более двух тысяч лет назад философы вели дискуссии по поводу примерно тех же вопросов, которые и сейчас вызывают затруднения у психологов. Однако формально рождение психологии как самостоятельной дисциплины датируется 1879 годом [Fancher, 1990]. В этом году в Лейпциге (Германия) Вильгельм Вундт основал первую лабораторию для экспериментального изучения психических явлений. В последующие годы психология переживала период бурного роста. Было выработано множество различных концептуальных моделей, позволяющих планировать научные исследования и интерпретировать экспериментальные данные. Одним из существенных аспектов неуклонного вхождения психологии в современную науку является изучение ею личности человека. Основная цель сегодняшней психологии личности — объяснить с позиций науки, почему люди ведут себя так, а не иначе. Научная психология предпочитает работать с относительно простыми, четкими концепциями, доступными эмпирической проверке. Она также использует выверенные и точные, насколько это возможно, методы исследования. Подобная методологическая ориентация предполагает необходимые ограничения: не всякая концепция или метод могут применяться при изучении личности. Тем не менее, большинство психологов убеждены в том, что в объяснении сложной природы поведения человека в конечном счете наибольший вес будет иметь именно научный подход.

Современная психология личности, являясь научной дисциплиной, трансформирует умозрительные рассуждения о природе человека в концепции, которые могут быть подтверждены экспериментально, а не полагается на интуицию, фольклор или здравый смысл. Например, вместо предположений о том, почему подростки выпивают и убегают из дома, исследователи должны сформулировать свое представление о психологии юношеского возраста и личностных механизмах лживости у подростков. В то же время отношение к «науке о личности» достаточно противоречиво, поскольку ее развитие порождает некоторые естественные опасения. Так, каким бы заманчивым ни казалось нам постигнуть причины, лежащие в основе тех или иных наших поступков, мы в то же время сопротивляемся, когда кто-то другой пытается дать объективную картину нашего поведения, както нас характеризовать. В самой психологии имеет место определенное сопротивление процессу «объективизации» личности: некоторые психологи доказывают, что попытки в этом направлении могут зайти слишком далеко, а это грозит разрушением представления об уникальности и сложности человеческой натуры. Вместо этого они призывают сконцентрировать усилия на исследовании более неуловимых свойств людей — их борьбе за личностное и духовное просвещение, — которые находят свое выражение как в литературе, так и в произведениях искус-

ства, таких как пьесы Шекспира или живопись Гойи. Однако при том, что литература, искусство, кино, история, религия действительно могут оказывать существенную помощь в осмысливании человеческого поведения, все же необходимо различать информацию, добытую таким путем, от данных научного исследования. Более того, поскольку наука в настоящее время не дает ответов на все вопросы (и, возможно, никогда не даст), мы должны наиболее эффективно использовать эмпирическую информацию, имея в виду в то же время ограничения, которые внутренне присущи применению научных методов для изучения людей. Исследованием проблем человеческой личности занимаются *персонологи* — этот термин предложил Генри Мюррей [Murray, 1938] для обозначения как экспериментаторов, так и теоретиков в области психологии личности.

Другая цель психологии личности — помогать людям получать большее удовлетворение от жизни. Продолжая развивать теорию и экспериментальные исследования, многие персонологи занимаются сегодня поиском путей реализации более эффективных и продуктивных стратегий преодоления жизненных трудностей. К достижениям здесь можно отнести новые формы психотерапии, различные обучающие программы и изменения в психосоциальном окружении, позволяющие людям открывать в себе все лучшее, на что они способны. Исследования в этой области служат экспериментальным обоснованием теоретических представлений о конструктивных личностных изменениях. Многие из них обсуждаются в нашей книге.

Понятие личности

Термин «личность» имеет несколько различных значений. Ее изучением занимается особый подраздел в структуре академической психологии, который охватывает широкий спектр разных, зачастую противоречивых теоретических представлений. Наука о личности — персонология[1] — это дисциплина, стремящаяся заложить фундамент для лучшего понимания человеческой индивидуальности путем использования разнообразных исследовательских стратегий. В следующих главах мы приведем характерные примеры, иллюстрирующие, как идеи, положения и принципы, выдвинутые психологами для объяснения поведения человека, проходили проверку в эмпирическом исследовании. Другая отличительная черта психологии личности — особое значение методов оценки при изучении, объяснении, прогнозировании, вынесении обоснованных решений в том или ином индивидуальном случае. К этим методам относятся интервью, тестирование, наблюдение и регистрация поведения, измерение физиологических реакций, анализ биографических и личных документов. Фактически, каждое направление исследования личности, которое мы рассматриваем в этой книге, предполагает использование той или иной техники оценки. Поэтому мы посвятили часть следующей главы вопросам оценки характеристик личности, которых также будем касаться и в теоретических главах. Наконец, как вы увидите дальше, личность — это поле для исследований, результаты которых позволяют продвинуться в понимании и лечении патологического поведения. По сути дела, некоторые подходы к изучению личности (такие как психодинамический, когнитивный или феноменологический) дают

[1] От англ. personality — личность, индивидуальность. *(Прим. перев.)*

богатый материал для размышления о том, что же представляют собой нарушения поведения и каковы пути их преодоления. Тем не менее, современную психологию личности не надо отождествлять с патопсихологией или клинической психологией. Чтобы добиться предельной ясности, персонологи гораздо более склонны обращаться к нормальному поведению индивида, чем к отклоняющемуся от нормы. С другой стороны, психология личности традиционно отделилась от остальных психологических дисциплин благодаря тому, что здесь делается акцент на индивидуальные различия между людьми. Хотя персонологи признают, что в способах поведения людей есть сходство, они прежде всего стремятся объяснить, как и почему люди отличаются друг от друга.

Являясь объектом изучения, личность, кроме того, представляет собой абстрактное понятие, которое объединяет многие аспекты, характеризующие человека: эмоции, мотивацию, мысли, переживания, восприятие и действия. Однако не следует сводить личность как понятие к какому бы то ни было аспекту функционирования индивидуума. Концептуальное значение личности многогранно — оно охватывает широкий спектр внутренних психических процессов, обусловливающих особенности поведения человека в различных ситуациях. Имея дело с таким сложным понятием, невозможно представить себе какое-нибудь простое его концептуальное определение. Даже в рамках самой психологии мы не найдем единственного, общепринятого значения этого термина — их может быть столько, сколько психологов, решающих данную задачу.

Что такое личность? Альтернативные ответы

Слово личность («personality») в английском языке происходит от латинского «persona». Первоначально это слово обозначало маски, которые надевали актеры во время театрального представления в древнегреческой драме. По сути, этот термин изначально указывал на комическую или трагическую фигуру в театральном действии. Таким образом, с самого начала в понятие «личность» был включен внешний, поверхностный социальный образ, который индивидуальность принимает, когда играет определенные жизненные роли — некая «личина», общественное лицо, обращенное к окружающим. Эта точка зрения совпадает с мнением современного непрофессионала, который обыкновенно оценивает личность по критериям обаяния, умения вести себя в обществе, популярности, физической привлекательности и других социально желательных характеристик. Подобный подход порождает комментарии вроде «Майк — личность что надо» и «Сюзанна — неприятная личность». Именно такое представление о личности находит выражение в обещании, даваемом различными курсами по созданию имиджа «сделать вас личностью». Данная концепция целиком расположена вне сферы научной психологии, поскольку она оставляет в стороне многие особенности поведения, в действительности заслуживающие того, чтобы их изучали в контексте личности.

Личность также рассматривалась как сочетание наиболее ярких и заметных характеристик индивидуальности. Так, о человеке можно сказать, что он — «общительная личность» или «робкая личность», имея в виду, что робость или дружелюбие являются его наиболее характерными чертами. В подобных примерах мы наблюдаем отождествление личности с тем внешним социальным впечатлением, какое



Термин личность («personality») происходит от латинского слова «persona», обозначавшего маску, которую надевал актер в греческой драме. Люди склонны отождествлять личность с обаянием, популярностью или публичным имиджем. (Arthur Jrees/Woodfin Camp & Associates)

индивидуум производит на окружающих при взаимодействии с ними, то есть можно сказать, мы видим, в какой степени его наиболее выпуклые, яркие особенности окрашивают большинство его поступков в ситуациях общения. К сожалению, при таком, в общем, популярном использовании термина упускается из виду возможность того, что человек может быть или раскованным, или робким в зависимости от конкретной обстановки. К тому же термин «личность» в понимании большинства персонологов не предполагает оценки характера человека или его социальных навыков. Когда мы отзываемся об Эмме как о «необыкновенной личности», мы, вероятно, имеем в виду ее доброжелательность, искренность или готовность помочь другим. Однако психологи, изучающие личность, не употребляют характеристик в оценочном значении (то есть не делят личности на хорошие и плохие).

Чтобы составить представление о многообразии значений понятия личность в психологии, обратимся к взглядам некоторых признанных теоретиков в этой области. Например, Карл Роджерс описывал личность в терминах самости: как организованную, долговременную, субъективно воспринимаемую сущность, составляющую самую сердцевину наших переживаний. Гордон Олпорт определял личность как то, что индивидуум представляет собой на самом деле — внутреннее «нечто», детерминирующее характер взаимодействия человека с миром. А в понимании Эрика Эриксона индивидуум в течение жизни проходит через ряд психосоциальных кризисов и его личность предстает как функция результатов кризиса. Джордж Келли рассматривал личность как присущий каждому индивидууму уникальный способ осознания жизненного опыта. Совсем другую концепцию предложил Рэймонд Кеттел, по мнению которого, ядро личностной структуры образуется шестнадцатью исходными чертами. Наконец, Альберт Бандура рассматривал личность в виде сложного паттерна непрерывного взаимовлияния индивидуума, поведения и ситуации. Столь явная несхожесть приведенных концепций недвусмысленно показывает, что содержание личности с позиции разных теоретических представлений гораздо многограннее, чем представленное в первоначальной концепции «внешнего социального образа». Она несет в себе нечто

более важное, существенное и постоянное. Кроме этого принципиального соглашения большинство теоретических определений личности содержат следующие общие положения:

- В большинстве определений подчеркивается значение индивидуальности, или индивидуальных различий. В личности представлены такие особые качества, благодаря которым данный человек отличается от всех остальных людей. Кроме того, понять, какие специфические качества или их комбинации дифференцируют одну личность от другой, можно только путем изучения индивидуальных различий.
- В большинстве определений личность предстает в виде некоей гипотетической структуры или организации. Поведение индивидуума, доступное непосредственному наблюдению, по крайней мере частично, рассматривается как организованное или интегрированное личностью. Другими словами, личность — абстракция, основанная на выводах, полученных в результате наблюдения за поведением человека.
- В большинстве определений подчеркивается важность рассмотрения личности в соотношении с жизненной историей индивидуума или перспективами развития. Личность характеризуется в эволюционном процессе в качестве субъекта влияния внутренних и внешних факторов, включая генетическую и биологическую предрасположенность, социальный опыт и меняющиеся обстоятельства окружающей среды.
- В большинстве определений личность представлена теми характеристиками, которые «отвечают» за устойчивые формы поведения. Личность как таковая относительно неизменна и постоянна во времени и меняющихся ситуациях; она обеспечивает чувство непрерывности во времени и окружающей обстановке.

Несмотря на вышеперечисленные точки соприкосновения, определения личности у разных авторов существенно варьируют. Для понимания того, что именно тот или иной ученый подразумевает под термином «личность», необходимо проанализировать теорию в ее существенных деталях. Основательная проверка теории позволяет выявить формы поведения, на которых фокусируется теоретик, а также специфические методы, применявшиеся при изучении этого поведения. Следует добавить, что те или иные определения личности не обязательно истинны или ложны, но лишь более или менее полезны психологам при исследовании, объяснении закономерностей человеческого поведения, а также при обсуждении результатов. В следующих главах книги мы рассмотрим некоторые теоретические концепции личности. Важно еще раз отметить, что определения личности зависят от теоретической ориентации данного автора.

Личность как поле для исследования

В подготовку будущего академического психолога входит множество предметов, включая социальную психологию, зоопсихологию, психологию восприятия, возрастную психологию и тренинг поведения. Психология включает в себя все эти дисциплины, в том числе и психологию личности. Сфера личности отличается от всех осталь-

ных тем, что здесь предпринимаются попытки синтезировать и интегрировать принципиальные положения других областей психологии. Например, психология восприятия изучает основные структуры и процессы, лежащие в основе восприятия и интерпретации наблюдаемого окружающего мира. Исследование восприятия проводится в соответствии с четкими основополагающими принципами. То же самое верно и по отношению к другим областям психологии — научению, мотивации и когнитивной психологии. Но именно в изучении личности исследователи сочетают эти принципы в стремлении понять человека как интегрированное целое.

Понимание поведения человека во всей его многоплановости — сложная задача. Часто одинаковые поступки двух индивидуумов в одно и то же время или одного и того же человека в разные периоды времени вызываются разными причинами. Сравним для примера мотивы двух людей, пытающихся разгромить клинику, в которой делают аборты. Возможно, первого обуревают религиозные чувства, в то время как второго могли подвигнуть на подобные действия поиски новых будоражащих ощущений. Трудности интерпретации являются также следствием того, что в основе поведения лежат два фактора: внутренние причины и ситуация, в которой поведение развертывается. К тому же иногда люди просто не могут объяснить, почему они вели себя именно так, а не иначе, несмотря на то, что их намерения со стороны выглядели совершенно очевидными. Эти и многие другие загадки человеческих поступков только усиливают тезис о необходимости для психологии личности стремиться к максимальной точности во всем, что касается анализа поведения. Чтобы быть предельно точным, персонолог должен интерпретировать все принципы общей психологии и учитывать все динамические взаимодействия между ними. Мы должны знать, как восприятие зависит от обучения, как обучение связано с мотивацией, как мотивация соотносится с развитием и так далее. Студенты, изучающие личность, пытаются формулировать теоретические положения, содержащие описание и объяснение этих сложных взаимодействий. Все факторы, которые обусловливают поведение и переживания индивидуума, попадают в сферу изучения персонологов.

Все эти соображения подводят к заключению, что нет другой области психологических знаний, где бы наблюдалось такое стремление к научной безупречности, как сфера личности. Последняя представляет собой зону пересечения исследований социального и интеллектуального развития, психопатологии и самореализации, научения и межличностных отношений, а также многих других важных нитей, составляющих ткань современной психологии. Подобная широта охвата этой дисциплины не удивительна, поскольку объектом изучения выступает не больше и не меньше, как «целостный индивидуум». При наличии столь важной цели совершенно справедливо предположить, что изучение личности окажется занятием волнующим и смелым; ведь в большинстве случаев мы еще толком не поставили сами вопросы, ответы на которые ожидаем получить.

ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

В настоящее время не существует общепринятого мнения о том, какой подход следует применять персонологам к изучению личности для объяснения основных аспектов поведения человека. Фактически, на данной стадии развития персонологии

сосуществуют различные альтернативные теории, описывающие личность как интегрированное целое и вместе с тем объясняющие различия между людьми. Поэтому прежде всего остановимся на том, что представляет собой та или иная теория и какие методы она применяет для изучении и понимания человека. Теория — это система взаимосвязанных идей, построений и принципов, имеющая своей целью объяснение определенных наблюдений над реальностью. Теория по своей сути всегда умозрительна и поэтому, строго говоря, не может быть «правильной» или «неправильной». Тем не менее, теория в целом принимается в научном мире как обоснованная и заслуживающая доверия в той степени, в какой результаты наблюдений за феноменом (обычно основанные на данных, полученных в конкретных экспериментах) согласуются с объяснением того же самого феномена, вытекающим из самой теории. Если бы поведение человека было совершенно понятным с точки зрения обыденного здравого смысла, не было бы необходимости в создании теорий личности. Теории личности — это тщательно выверенные умозаключения или гипотезы о том, что представляют собой люди, как они себя ведут и почему они поступают именно так, а не иначе. В этой книге изложены некоторые из теорий личности, критически разобраны положения, лежащие в их основе, описаны экспериментальные исследования в русле каждой теории, а также рассмотрено приложение теоретических принципов к конкретным аспектам поведения человека. Изучение теорий личности позволяет достичь многого. Предмет нашего интереса — природа человека; наша цель — понимание уникальности и сложности функционирования целостного человека в реальном мире.

Теории выполняют две основные функции: они объясняют и предсказывают поведение. Теория личности является *объяснительной* в том смысле, что она представляет поведение как определенным образом организованное, благодаря чему оно становится понятным. Другими словами, теория обеспечивает смысловой каркас или схему, позволяющую упрощать и интерпретировать все, что нам известно о соответствующем классе событий. Например, без помощи теории было бы трудно объяснить, почему пятилетний Рэймонд испытывает такую сильную романтическую привязанность к своей матери, в то время как отец вызывает у него чрезмерное чувство негодования. Острота проблемы немного уляжется, если мы узнаем, что и другие мальчики в этом возрасте переживают похожие чувства. А вооружившись теорией, которая соотносит подобные чувства с определенной стадией развития личности (вместе с объяснением причин появления данных эмоций), мы сможем лучше понять Рэймонда. Мы можем оказаться правыми или неправыми, но тем самым мы, по крайней мере, придем к общему соглашению в понимании определенных чувств у детей. Объяснительная функция теории приобретает особое значение, когда мы имеем дело с огромным количеством фактов и наблюдений, связанных с поведением. Хорошая теория личности обеспечивает смысловой контекст, в котором становится возможным согласованно описывать и интерпретировать поведение человека.

Теория должна не только объяснять прошлые и настоящие события, но также и *предсказывать* будущие. Она должна обеспечивать основу для прогнозирования результатов и событий, которые пока еще не наступили. Эта цель с очевидностью предполагает, что теоретические концепции должны быть не только открытыми для проверки, но что они также могут подтверждаться или не находить подтверждения. То есть мы должны суметь предсказать определенные изменения

в поведении Рэймонда, являющиеся функцией от родительского воспитания. Что будет, если его мать начнет активно поощрять романтические чувства своего ребенка или отец отвергнет сына из-за того, что тот на него злится? Подобные предсказания не только должны быть возможными, но в идеале теоретическая концепция должна быть сформулирована таким образом, чтобы существовала возможность строгой и точной эмпирической проверки. Хорошая теория личности напрямую стимулирует психологические исследования. И наоборот, научную ценность непроверяемых теорий (то есть тех, на основе которых нельзя сделать предсказания для дальнейшего исследования) невозможно определить. Теории должны обладать исследовательским импульсом, если они претендуют на то, чтобы способствовать нашему пониманию человеческой природы во всех ее неповторимо индивидуальных проявлениях.

Теории личности выполняют разные функции в психологии. Они дают нам возможность объяснить, что собой представляют люди (выявить относительно постоянные личностные характеристики и способ их взаимодействия), понять, каким образом эти характеристики развиваются во времени и почему люди ведут себя определенным образом. Теории также позволяют нам прогнозировать появление новых взаимосвязей, не изучавшихся ранее. С позиции функции предсказания теории намечают направления, в которых плановое исследование может привести к новым открытиям во многих до сих пор неизведанных областях. Однако чрезвычайно важно то обстоятельство, что все теории поведения человека создаются самими людьми. Персонологи — те же люди и точно так же, как и остальные, имеют различные взгляды на природу человека. Например, некоторые теоретики убеждены, что корни человеческих поступков находятся глубоко в бессознательных мотивах, истинная природа последних не осознается индивидуумом, а источники мотивации захоронены в отдаленном прошлом. Другие полагают, что люди в значительной степени осознают свои мотивы, а их поведение является в первую очередь результатом актуальных обстоятельств. Каким бы ни было мнение каждого конкретного теоретика, совершенно очевидно, что исходные положения о природе человека, которых придерживаются персонологи, различны, и это делает их взгляды такими несхожими. Теоретик может осознать и раскрыть смысл этих положений, а может и потерпеть в этом неудачу или просто обобщить все свои посылки таким образом, что уже трудно будет распознать в них именно исходные положения.

Исходные положения глубоко и основательно влияют на взгляды персонологов на природу личности. Например, Абрахам Маслоу был убежден в том, что большинство наших поступков является следствием сознательного и свободного выбора. Таким образом, его теория сфокусирована на «высших» аспектах природы человека в его понимании — на том, кем человек мог бы стать. В соответствии с этим исходным положением и построена его теория личности. С другой стороны, Зигмунд Фрейд утверждал, что поведение в значительной степени детерминировано иррациональными, неосознаваемыми факторами. Его представление о том, что деятельность человека изначально предопределена, получило развитие в теории, которая особо подчеркивала контроль над всеми формами поведения со стороны бессознательного. Маслоу и Фрейд высказывали в корне противоположные воззрения на фундаментальную основу человеческой сущности. Но не это мы хотим здесь подчеркнуть. В данном случае мы хотели продемонстрировать, что

краеугольные камни теории личности лежат в основных представлениях данного персонолога о человеческóй природе. И действительно, как мы увидим в дальнейшем, приведенные в книге теории рассматривают вопросы, касающиеся самой сердцевины того, что мы подразумеваем под понятием человеческого существа.

КОМПОНЕНТЫ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

Как мы уже отмечали, основные функции теории сводятся к объяснению того, что уже известно, и предсказанию того, о чем пока не известно. Кроме объяснительной и предсказательной функций теории, есть еще и стержневые вопросы и проблемы, которые ставит сама теория. О чем в действительности рассуждает теория? Какие основные компоненты она в себе содержит, и как эти компоненты должны быть структурированы, чтобы стало возможным последовательное и логичное объяснение поведения человека? Вопросы, подобные этим, пытливые студенты задают, когда приступают к изучению психологии личности. При обсуждении значения теорий, представленных на страницах книги, уместно рассмотреть, какое развитие получали наиболее серьезные вопросы, которые вставали перед всеми теоретиками. Проще говоря, теория личности состоит из многих «минитеорий», каждая из которых фокусируется на отдельных вопросах или темах, рассматриваемых психологией. В этом разделе мы обсудим шесть вопросов, которые должна стремиться разрешить полная теория личности. Эти темы составляют концептуальную область теории личности — они раскрывают содержание теории и границы ее приложения.

1. Структура личности

Основным признаком любой теории личности являются *структурные концепции*, имеющие дело с относительно неизменными характеристиками, которые люди демонстрируют в различных обстоятельствах и в разное время. Эти стабильные характеристики выполняют роль основных строительных блоков человеческой психики. В этом смысле они аналогичны таким понятиям, как атомы и клетки в естественных науках. Однако структурные концепции строго гипотетичны по своей природе. Их невозможно увидеть под микроскопом, как, скажем, нейроны мозга.

Для объяснения того, что представляют собой люди, персонологи предложили некую мозаику, составленную из концепций. Один из наиболее популярных примеров структурных концепций — это концепция *черт личности*. Черта рассматривается как устойчивое качество или склонность человека вести себя определенным образом в разнообразных ситуациях. Здесь есть некоторое сходство с определениями, даваемыми непрофессионалами, когда они рассуждают о наиболее характерных поведенческих реакциях других людей. Распространенные примеры черт личности — импульсивность, честность, чувствительность и робость. Гордон Олпорт, Рэймонд Кеттел и Ганс Айзенк, трое ведущих авторитетов в области изучения черт личности, полагали, что структуру личности лучше всего схематически представить в терминах гипотетических качеств, лежащих в основе поведения.

На другом уровне анализа структура личности может быть описана при помощи концепции *типа личности*. Тип личности описывается в виде совокупности множества различных черт, образующей самостоятельную категорию с четко очерченными границами. По сравнению с концепциями, имеющими дело с чертами личности, подобные концепции подразумевают более постоянные и более обобщенные поведенческие характеристики. Поскольку люди наделены многими чертами, выраженными в разной степени, их обычно описывают как принадлежащих к тому или иному типу. Например, Карл Густав Юнг придерживался мнения, что люди разделяются на две категории: интровертов и экстравертов. С этой точки зрения любая личность — непременно либо одно, либо другое.

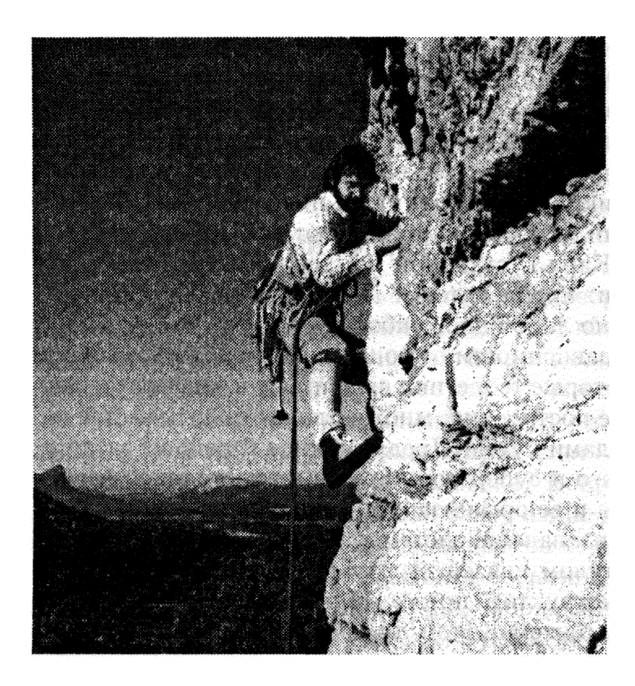
Теории личности различаются в зависимости от концепций, используемых при описании структуры личности. Некоторые теоретики выдвигают в высшей степени сложные и тщательно разработанные построения, множество составных частей которых связаны друг с другом мириадами путей. Предложенное Фрейдом разделение личности на три уровня — ид, эго и суперэго является иллюстрацией необычайно сложного описания структуры и ее организации. Другие теоретики, наоборот, предлагают более просто организованные системы, с ограниченным набором составных частей и малым количеством связей между ними. Примером может служить концепция личностных конструктов, предложенная выдающимся теоретиком когнитивной психологии Джорджем Келли для объяснения относительно постоянных измерений структуры личности.

Итак, любой подход к личности, если он претендует на полезность, должен так или иначе рассматривать вопрос: что представляют собой стабильные, неизменные аспекты поведения человека. Проблема структуры и, что более важно, природа ее организации и влияние на функционирование индивидуума является ключевым компонентом во всех теориях личности.

2. Мотивация

Целостная теория личности должна объяснять, почему люди поступают так, а не иначе. Концепции мотивации, или, другими словами, *процессуальные аспекты* функционирования индивидуума, фокусируются на динамических, изменяющихся особенностях поведения человека. Вот примерный тип вопросов, относящихся к этому второму компоненту теории личности: «Почему люди ставят перед собой те или иные цели и стремятся их достигать?», «Какие специфические мотивы заставляют человека действовать и направляют его поступки?»

Усилия, сопряженные с попытками понимания преходящих, текущих аспектов поведения, привели к множеству теоретических находок. В некоторых теориях высказывается предположение, что все личностные процессы — от сексуальной разрядки до чувства юмора — происходят от попыток индивидуума уменьшить напряжение. Так называемая редукционистская модель мотивации, первоначально описанная Фрейдом, предполагает, что физиологические (биогенные) потребности индивида создают напряжение, и это заставляет его искать разрядки путем удовлетворения данных потребностей. Многие виды основных жизненных потребностей, такие как голод, жажда, потребность в сне, в половых отношениях, укладываются в объяснение мотивации человека с позиции редукции напряжения. В противоположность редукционистским, другие теории делают основной упор



Некоторые теоретики подчеркивают, что человек испытывает потребность в повышении напряжения, побуждающую его переживать новый опыт, связанный с риском и даже угрозой для жизни. Тем самым повышается его личностная реализация. (Francis de Richemond/The Image Works)

на стремление человека овладевать окружающей средой и на жажду получения нового опыта с целью наслаждения. Приверженцы этой точки зрения утверждают: по мере того как человек взрослеет, его поведение все чаще направляется на приобретение навыков и умений в основном для того, чтобы повысить компетентность или эффективно взаимодействовать с окружением, и все реже его поведение бывает направлено исключительно на уменьшение напряжения.

Конечно, мы не должны ограничиваться ни редукционистской моделью мотивации человека, ни моделью мотивации компетентностью. Маслоу, выдающийся теоретик в области мотивации, полагал, что в какие-то моменты индивидуумом движет дефицит потребности и тогда он стремится уменьшить напряжение. В другое время его ведут за собой возрастающие потребности, и тогда он стремится усилить напряжение, пользуясь этим как средством реализовать свой личностный потенциал. Хотя подобный обобщенный взгляд и кажется правдоподобным, все же большинство теоретиков склоняются к использованию одной из этих двух моделей при объяснении мотивации поведения человека.

3. Развитие личности

Если рассматривать личность как совокупность стабильных, длительно существующих характеристик, понимание того, как они развиваются, приобретает характер чего-то большего, чем праздное любопытство. *Концепции развития* фокусируются на вопросе о том, как мотивационные аспекты функционирования личности меняются от младенчества до зрелости, а потом в старости. Объяснение этих изменений является ключевым компонентом в теории личности.

Личностное развитие происходит на протяжении всей жизни. Соответственно, некоторые теоретики предложили стадийную модель для понимания фаз роста и развития в жизни человека. Теория Фрейда, в которой формирование личности представлено в виде последовательности стадий психосексуального развития, является одним из примеров этого подхода. В качестве другого примера можно назвать концепцию восьми стадий развития эго, сформулированную Эриксоном. В противоположность упомянутым авторам, многие ученые-теоретики подчеркивают роль взаимоотношений между родителем и ребенком как значимого фактора в понимании проблемы развития. Карл Роджерс, например, придавал особое значение тому, как формируется Я-концепция индивидуума — и в ракурсе познания, и в эмоциональном отношении — под влиянием родительских установок и поведения на этапе формирования личности.

Личностный рост обусловлен множеством внешних и внутренних детерминант. К внешним, или детерминантам окружения, относятся: принадлежность индивидуума к определенной культуре, социально-экономическому классу и уникальной для каждого семейной среде. С другой стороны, внутренние детерминанты включают генетические, биологические и физиологические факторы. Дальнейшее описание множества изменений, сопровождающих наше развитие — физических, социальных, интеллектуальных, эмоциональных, моральных и т. д., — показывает, какой сложной является проблема развития человека.

Принадлежность к той или иной культуре приводит в конце концов посредством социализации к нормативным моделям в мышлении, эмоциях и поведении. Осознаем мы это или нет, культурная среда формирует у нас образ себя, форму отношений с другими людьми, потребности и способы их удовлетворения, а также цели, к достижению которых мы стремимся. Точно так же принадлежность к определенному социально-экономическому классу оказывает влияние на ценности, установки и стиль жизни. В сущности, очень незначительное количество аспектов нашего развития может быть понято без учета групп, к которым мы принадлежим. Даже в таком плюралистическом обществе, как наше, принадлежность к социальному классу часто определяет наш индивидуальный статус, участие в социальной жизни, привилегии и возможности, которыми мы обладаем. Факторы, обусловленные принадлежностью к определенному социальному классу, оказывают значительное влияние на то, в каких наиболее типичных стрессовых или конфликтных ситуациях мы оказываемся, а также как мы справляемся с ними. Есть даже доказательства того, что вероятность заболевания некоторыми формами психических расстройств коррелирует с принадлежностью к тому или иному социальному классу. Исследования [Myers et al., 1984], проведенные среди 10 000 американцев в пяти общинах, показали: у тех, кто получил среднее образование, гораздо меньше проблем с психическим здоровьем, чем у не закончивших среднюю школу. Данные также говорят о том, что психические расстройства преобладают в группах бедных чернокожих американцев, живущих в городах [Gould et al., 1981].

Влияние семейного окружения также ощутимо сказывается на развитии индивидуума. Особое значение здесь имеет форма родительского поведения, убеждений и целей. Родители служат моделью для подражания и, посредством собственных поступков, оказывают влияние на детей, сохраняющееся на протяжении дальнейшей их жизни.

Генетические факторы — это тот род влияния на поведение, который передается от родителей к детям благодаря механизмам наследственности. Наряду с окружающей средой они играют ключевую роль в обусловливании развития личности. Так, исследование, проведенное на близнецах, предоставляет надежное доказательство того, что эмоциональная устойчивость, экстраверсия, альтруизм, застенчивость и робость устойчиво передаются по наследству [Rose et al., 1988; Rushton et al., 1986]. К другим личностным особенностям, которые имеют, как минимум, умеренно выраженный генетический компонент, относят отчужденность, агрессивность, стремление к достижениям, лидерство, воображение и чувство благополучия [Tellegen et al., 1988].

Оживленные дебаты по поводу относительной значимости генетических и средовых факторов (то есть противопоставление природы и воспитания) недавно дали толчок развитию новых теоретических представлений. Речь идет о понимании того, каким образом должны упомянутые факторы взаимодействовать, чтобы это привело в итоге к появлению определенных характеристик поведения. Теоретики, занимающие такую интеракционистскую позицию, считают, что любой индивид вырастает, испытывая на себе воздействие окружающей среды, и развивается под влиянием генетической одаренности. Иначе говоря, согласно этой точке зрения, наследственность налагает ограничения на диапазон развития тех или иных характеристик, но, тем не менее, в пределах этого диапазона дальнейшее развитие характеристик определяется факторами окружающей среды [Scarr, Carter-Saltzman, 1982; Scarr, McCartney, 1983].

Теории личности расходятся в том, какое значение в них придается вопросам развития и изменения в течение жизни; в описании факторов, ответственных за каждодневное развитие, а также в признании относительной роли генетических и средовых факторов, влияющих на развитие личности. Тем не менее полная теория личности должна объяснять развитие структур и процессов, лежащих в основе поведения человека.

4. Психопатология

Еще одна проблема, с которой сталкивается всякая теория личности, заключается в необходимости объяснения причин того, почему некоторые люди оказываются не в состоянии приспособиться к требованиям общества и эффективно функционировать в нем. На самом деле, каждый персонолог уделяет внимание вопросу о том, почему некоторые люди демонстрируют патологические или неадекватные стили поведения в повседневной жизни. *Этиология* — изучение и объяснение причин ненормального функционирования — является центральной темой этого компонента теории личности.

Необходимость объяснения причин патологического поведения привела к развитию различных подходов. Например, теоретики, придерживающиеся психодинамической ориентации, убеждены, что конфликты, не нашедшие разрешения в детстве, могут приводить к патологическому поведению в зрелом возрасте. Сами эти конфликты возникают в результате одновременного существования противоречивых желаний в отношении секса и агрессии. Конфликты приводят к развитию болезненных симптомов. Далее, поскольку эти конфликты не осознаются и

человек не понимает, что же послужило причиной появления симптомов, последние усиливаются, тем самым усугубляя страдания. Бихевиоральное направление, наоборот, само поведение рассматривает как проблему. Ученые, стоящие на подобных позициях, полагают: чтобы объяснить ненормальное поведение, нет необходимости в построении гипотез и тщательном исследовании глубинных, недоступных наблюдению механизмов. Вместо этого следует проанализировать, как произошло научение отклоняющемуся поведению в прошлом и благодаря каким обстоятельствам окружения индивидуума это поведение сохранилось в настоящем.

Некоторые теоретики предполагают, что поведение людей — как нормальное, так и ненормальное — несет на себе отпечаток семейного окружения, общества и культуры. Все мы являемся частью социального каркаса семьи, друзей, знакомых и даже незнакомых людей; некоторые виды взаимоотношений с окружающими, в которые мы вовлекаемся, могут усиливать отклонения в поведении и даже стать причиной их возникновения. Приверженцы социокультурной модели психической патологии утверждают, что стрессы и конфликты, которые люди переживают в повседневном взаимодействии, могут вызывать и поддерживать патологические формы поведения.

Необходимость анализа причин психических расстройств привела за относительно короткую историю теории личности к появлению множества различных подходов. Те из них, что приведены в этой книге, рассматривают не только причины появления отклоняющегося от нормы поведения, но также предлагают принципы лечения. Важно признать, однако, что полная теория личности должна содержать обоснованный анализ причин того, почему некоторые люди ощущают жизнь такой напряженной и не могут выработать эффективные навыки решения проблем.

5. Психическое здоровье

Пытаясь учесть многообразие аспектов поведения человека, надежная теория личности должна предложить критерии оценки здоровой личности. Вопрос состоит в том, что именно входит в понятие здорового образа жизни. Поставленный теоретиками личности, он является важным компонентом их наиболее общих концептуальных моделей. Дуэйн Шульц задавался этим вопросом: «Многие психологи думают, что первостепенной задачей психологии должно быть изучение здоровой личности; какая другая дисциплина исследует обстоятельства жизни? Какая сущность обладает большим могуществом в изменении мира к лучшему или к худшему, чем личность? И что оказывает большее влияние на содержание нашей жизни, чем уровень психического здоровья, с которым мы подходим к нашим проблемам?» [Schultz, 1977, p. 5].

В большинстве теорий личности рассматривается вопрос о том, из чего складывается психологическое благополучие. Например, Фрейд полагал, что функционирование зрелой личности характеризуется способностью продуктивно работать и поддерживать удовлетворительные межличностные отношения. И, хотя этот критерий психического здоровья может на первый взгляд показаться слишком глобальным и неспецифичным, при более внимательном рассмотрении здесь

2 Зак. 1212

напрашиваются важные выводы. Так, согласно Фрейду, способность работать предполагает способность ставить перед собой долговременные отдаленные цели и достигать их, а также справляться с тревогой таким образом, чтобы это не отражалось негативно на поведении. Сходным образом, акцент на удовлетворительные социальные отношения предполагает способность наслаждаться широким спектром эмоций без чувства угрозы, а также привносить созидательные элементы в удовлетворение сексуальных и агрессивных побуждений.

Психическое здоровье можно также определить в терминах теории социального научения. Например, Бандура уделяет особое внимание понятиям, отражающим нашу способность удовлетворять требованиям жизни [Bandura, 1982]. В его понимании самоэффективность, или осознание собственной способности выбирать именно те виды поведения, которые необходимы для достижения цели, является важнейшей особенностью приспособления. Более того, Бандура утверждает, что люди, оценивающие сами себя как сильных личностей, ставят перед собой более трудные задачи, затрачивают больше усилий и в результате могут быть более успешными в достижении своих целей.

Некоторые персонологи уделяют большое внимание созданию психологического портрета здоровой личности и основных составляющих здорового образа жизни. Наиболее очевидная иллюстрация в этом случае — теория самоактуализации Маслоу, базирующаяся на иерархии потребностей. По Маслоу [Maslow, 1987], для нормального личностного роста требуется сдвиг относительной значимости потребностей от наиболее примитивных (физиологические и потребности безопасности) к наиболее возвышенным или наиболее «человеческим» (в истине и красоте). Маслоу также изучал людей с реализованной потребностью в самоактуализации и сформулировал результаты своих наблюдений в терминах личностного профиля, куда вошли такие качества, как эффективное восприятие реальности, потребность в уединении и частной жизни, а также принятие себя и других.

Бесспорно, критерии оценки психического здоровья — центральный вопрос для любой исчерпывающе полной теории личности. Подавляющее большинство теорий, которые мы будем обсуждать, содержат обоснования и предложения относительно понятия психологической зрелости.

6. Изменение личности с помощью терапевтического воздействия

Поскольку теории личности дают определенную информацию для понимания причин психопатологии, отсюда естественным образом вытекает, что они также предлагают пути коррекции отклоняющегося от нормы поведения. Шестой и последний вопрос имеет решающее значение для теоретических рассуждений о личности. Это вопрос о том, как помогать людям повышать свою компетентность, уменьшать проявления недостаточно адаптивного поведения и достигать позитивных личностных изменений.

Во многих теориях личности были достаточно подробно разработаны клинические, или консультативные, аспекты. Поэтому вряд ли стоит удивляться тому, что мы наблюдаем почти столько же терапевтических направлений, сколько существует самих теорий. Различия между ними заключаются не только в методах лечения,

но также и во взглядах их создателей на личность в целом. На одном полюсе находится психодинамическая теория, придающая первостепенное значение неосознанным конфликтам и опыту научения в детстве, рассматриваемым как доминирующие факторы в контроле поведения. Поэтому психодинамическая модель терапевтического воздействия фокусируется на том, чтобы оказывать людям помощь в выявлении вытесненных из сознания причин и источников конфликтов детского возраста, а также в понимании того, как эти конфликты влияют на их жизнь в зрелости. На другом полюсе лежит бихевиористская теория, придерживающаяся того взгляда, что поведение в значительной степени обусловлено жизненными событиями и окружающей средой. Теоретики, стоящие на этих позициях, предполагают, что люди с нарушенной адаптацией или в свое время не смогли научиться навыкам, необходимым для того, чтобы соответствовать требованиям повседневной жизни, или приобрели недостаточные или дефектные навыки, которые закрепились у них под воздействием некоторых форм подкрепления. Соответственно, бихевиоральный подход к лечению ставит задачу помочь людям обучиться новым формам поведения вместо старых, дефектных или избавить их от недостаточно адаптивных поведенческих реакций.

С помощью терапевтического воздействия у человека появляется возможность переоценить и изменить многие аспекты своей личности и поведения: представление о себе, стиль межличностных отношений, познавательные процессы, эмоциональные реакции, ценности, жизненные цели, способы структурирования времени – и это далеко не полный перечень. В свою очередь, тщательное изучение личностных особенностей помогает выбирать средства, с помощью которых могут быть модифицированы нежелательные формы поведения, так чтобы данный индивидуум мог перейти к более эффективным способам функционирования.

Существует множество различных теоретических подходов к пониманию личности. Несмотря на все их разнообразие, теории личности имеют общую концептуальную основу, каркас, состоящий из шести основных блоков: структура, мотивация, развитие, психопатология, психическое здоровье и изменение личности вследствие терапевтического воздействия. Совокупность концепций, выдвигаемых теорией с целью объяснить каждый из этих блоков, говорит нам об основном содержании данной теории личности. Способы решения этих концептуальных вопросов дают возможность понять наиболее общие перспективы каждой теоретической позиции.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

Как при наличии огромного количества альтернативных теорий личности оценивать относительные достоинства каждой из них? Как, не затрагивая вопроса об их объяснительной и прогностической функции, решать, благодаря чему одна теория лучше другой? Для систематизированной оценки теорий личности используются шесть основных критериев. В научном сообществе достигнут консенсус относительно оценки теории личности: она может быть оценена положительно в том случае, если удовлетворяет каждому из перечисленных ниже критериев. В заключительной главе мы предпримем сравнительный анализ всех обсуждавшихся в книге теорий в соответствии с данными критериями.

Верифицируемость

По данному критерию теория оценивается позитивно в той степени, в какой ее положения открыты для проверки, осуществляемой независимыми исследователями. Это означает, что теория должна быть сформулирована таким образом, чтобы содержащиеся в ней концепции, предложения и гипотезы были определены ясно и недвусмысленно и логически связаны друг с другом. При таком изложении теории ее эмпирические заключения легко обосновываются логически и проверяются в формальном исследовании. Для иллюстрации этого правила представим себе, что мы хотим обосновать утверждение Альфреда Адлера (глава 4) о том, что у детей-первенцев, когда они становятся взрослыми, сильнее выражена мотивация достижения, чем у родившихся по счету вторыми, третьими и далее. Первой ступенью в обосновании гипотезы будет подбор соответствующей группы субъектов для проведения исследования. Далее, мы должны будем попросить каждого обследуемого сообщить, каким по счету ребенком в семье он родился. Гораздо сложнее измерить такую переменную, как достижения. Скажем, мы можем просто предложить испытуемым оценить уровень их интеллектуальных достижений по показателям академической успеваемости. Или можно понаблюдать за их стремлением к успеху во время учебы. Можно также предложить им составить самоотчет, что позволит нам оценить индивидуальные различия в мотивации достижения. При всем многообразии возможностей необходимо отметить следующий момент: хорошая теория должна вырабатывать проверяемые гипотезы. Чем более точным языком изложена теория, тем легче выполнить это условие.

Хотя это требование так легко уяснить, персонологам оказывается чрезвычайно трудно обеспечить даже умеренную эмпирическую поддержку своих теоретических позиций. Это не означает, что теории личности не способны порождать проверяемые гипотезы, но большинству теоретических концепций все же недостает критического эксперимента. Тем не менее, хорошая теория должна содержать проверяемые гипотезы о взаимосвязях между феноменами. Теория, которую невозможно подтвердить или опровергнуть, — это плохая теория. Она оказывается бесполезной для любой практической цели.

Эвристическая ценность

Для психолога эмпирической ориентации вопрос о том, в какой степени теория стимулирует ученых проводить дальнейшие исследования, имеет первостепенное значение. Теории личности чрезвычайно сильно различаются по своей способности удовлетворять этому требованию. Некоторые из наиболее спорных теоретических определений личности, такие, например, как гуманистическая теория Эриха Фромма и теория личностных конструктов Джорджа Келли, дают минимальный импульс для дальнейшей исследовательской деятельности внутри самой психологии. Подобное положение дел обычно является результатом того, что теоретик не сумел дать рабочее определение своим концепциям, то есть не установил, с помощью каких операций они могут быть измерены или с какими наблюдаемыми характеристиками поведения они соотносятся. Конечно, компе-

тентные последователи выдающегося теоретика могут повысить эвристическую ценность теории путем перевода базисных концепций в такую форму, которая даст толчок исследовательской активности.

Внутренняя согласованность

В этом критерии заключено следующее условие: теория должна быть свободна от внутренних противоречий. То есть хорошая теория должна объяснять несхожие между собой феномены, следуя внутренне логичному методу. Заслуживающая внимания теория также должна состоять из положений и определений, которые последовательно согласуются друг с другом. В целом, теории личности вполне удовлетворяют этому стандарту, и в тех случаях, когда обнаруживаются противоречащие друг другу предсказания, их истоки обычно можно проследить в недопонимании исследователем исходных положений теории. Имея ряд гипотез о природе человека, вполне возможно вывести теорию личности, концепции и положения которой логично согласуются между собой.

Экономность

Теорию также можно оценивать с позиции количества концепций, требуемых для описания и объяснения событий в пределах сферы охвата данной теории. Согласно принципу экономности, более простые и более четкие объяснения предпочтительнее более сложных. Иначе говоря, чем меньшее количество концепций и предположений требуется данной теории для объяснения какого-либо феномена, тем она лучше. И наоборот, при прочих равных условиях, теория, содержащая избыточное количество концепций и предположений, рассматривается, в целом, как неудачная. Следующий пример поможет лучше понять важность этого критерия. Предположим, проведя бессчетное количество наблюдений, мы пришли к заключению, что, находясь в состоянии депрессии, люди:

- обычно оценивают себя негативно;
- пессимистически оценивают свое будущее;
- имеют тенденцию интерпретировать жизненный опыт как негативный.

В этой связи мы можем выдвинуть гипотезу, согласно которой низкая самооценка является первопричиной депрессии. Наша гипотеза кратко суммирует (в противном случае несравнимые) результаты огромного количества исследований людей в состоянии депрессии. Этот метод обеспечивает более экономичный путь для объяснения не связанных между собой фактов и наблюдений над людьми, страдающими депрессией.

К сожалению, не существует простых и однозначных правил оценки экономичности теории. Экономичность — субъективный критерий, поскольку имеющийся на сегодняшний день объем знаний о различных аспектах личности далеко не полон. Более того, теория, выглядящая сегодня экономичной, может оказаться неспособной объяснить будущие открытия. Тем не менее, хорошая теория не должна содержать избыточного теоретического багажа.

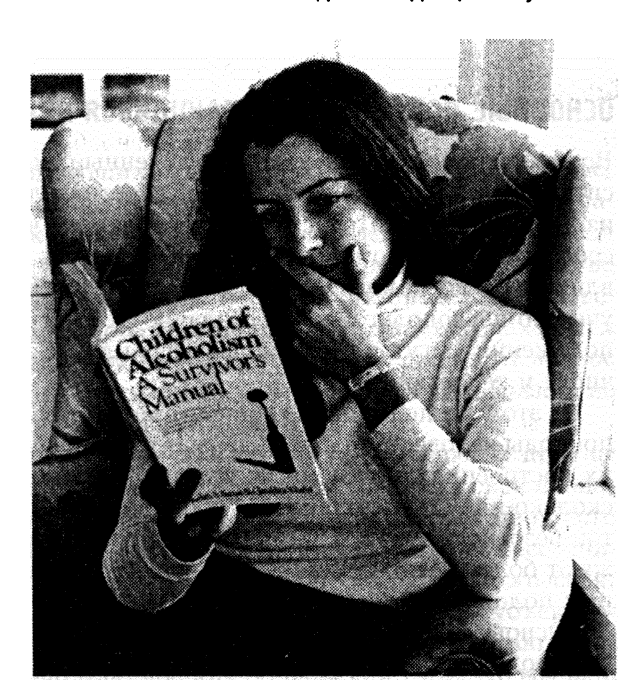
Широта охвата

Этот критерий относится к широте и разнообразию феноменов, охваченных теорией. Чем более многосторонней является теория, тем на большую сферу поведенческих проявлений она распространяется. Таким образом, всесторонняя теория предпочтительнее узкой и ограниченной. Еще одно достоинство всесторонней теории состоит в том, что она может быть использована как логический каркас для объединения и интеграции новых, разрозненных фактов, установленных в наблюдении или эксперименте. В то время как некоторые персонологи создают широкомасштабные теории, другие уступают им в этом отношении. Опора на определенный ряд положений о природе человека помогает обеспечить внутреннюю согласованность, но в то же время приводит к сужению сферы научного интереса теоретика до ограниченного диапазона поведенческих реакций. Персонологи, чьи теории представлены в этой книге, при объяснении поведения человека придают наибольшее значение биологическим, генетическим, эмоциональным, когнитивным, социальным или культурным факторам. Каждый из этих подходов к личности неизбежно ведет к ограничению теории по критерию широты охвата. В то же время следует признать, что ни одна из существующих теорий не может объяснить всех аспектов человеческого функционирования. Таким образом, в каждом случае следует решать, являются ли феномены, получившие объяснение в одной теории, такими же важными и играют ли они такую же существенную роль в понимании человеческого поведения как феномены, на которые акцентирована другая теория. К сожалению, не существует лакмусовой бумаги, позволяющей установить относительную значимость каждой теории, поскольку зачастую не ясно, насколько основополагающим на самом деле является данный феномен для понимания поведения. Сегодняшние исследования по внешне простым проблемам могут породить новые смелые догадки в будущем. Соответственно, мы должны с известной осторожностью судить о достоинствах теории личности, если в качестве критерия оценки используется только одна широта охвата.

Функциональная значимость

Последний из критериев определения хорошей теории состоит в ее способности помочь людям понять их повседневное поведение. Теория должна также помогать людям решать их проблемы. Вполне естественно, что фактически всех нас привлекает возможность узнать как можно больше о себе и об окружающих нас людях. Действительно, основная ценность теории личности для непрофессионала заключается в ее способности пролить свет на него самого и на его межличностные отношения. Знание внутренних и внешних закономерностей, полученное нами от исследователей личности, может существенно обогатить наше понимание и оценку нюансов человеческих поступков. Мы надеемся, что читатели найдут в каждом теоретическом направлении, представленном в книге, что-то действительно важное для себя.

Приведенные выше критерии — верифицируемость, эвристическая ценность, внутренняя согласованность, экономность, широта охвата и функциональная



Одним из критериев хорошей теории является ее способность помогать людям находить решения их повседневных проблем.
(Toni Michaels/The Image Works)

значимость — составляют основу для оценки каждой теории личности, а также дают возможность понять, почему одна теория предпочтительнее другой. При сравнении достоинств и недостатков теорий следует, однако, решить два вопроса. Вопрос первый: идет ли речь в сравниваемых теориях об одних и тех же феноменах? Каждая из двух теорий, адресованных к одним и тем же формам поведения, может быть оценена с позиции шести вышеперечисленных критериев. В то же время нам не надо непременно выбирать одну из двух, поскольку обе могут в будущем стать источником плодотворных идей. Существует также возможность того, что обе теории могут со временем оказаться интегрированными в единую, более общую теорию. Вопрос второй: находятся ли обе сравниваемые теории на одинаковых стадиях своего развития? Новая и все еще развивающаяся теория может оказаться не в состоянии объяснить многие феномены, в то время как старая и устоявшаяся теория способна пролить свет на многие вопросы и проблемы, встающие при изучении личности. Тем не менее, новая теория может внести ощутимый вклад в разработку ранее не изучавшихся областей и стать более разносторонней в будущем. В конечном счете, теории личности следует оценивать на основании того, насколько хорошо они трактуют известные нам события и в то же время оставляют ли они нам свободу для осмысливания еще не изученных заманчивых возможностей.

Теперь давайте обсудим различные исходные положения, на которые опираются персонологи. Эти положения имеют решающее значение для понимания и оценки любой теории личности; они будут играть важную роль при рассмотрении каждого теоретического направления, включенного в эту книгу.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ, КАСАЮЩИЕСЯ ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Все мыслящие люди имеют определенные аксиоматические представления относительно человеческой природы. Теоретики личности не составляют исключения из этого правила. Представления о природе человека, возможно, коренятся в их собственном личном опыте. Такие базисные положения глубоко и основательно влияют на восприятие людьми друг друга, на их взаимоотношения, а в случае ученого-персонолога — на создание теорий о себе и о других. Сами по себе положения могут или признаваться, или не признаваться индивидуумом, в том числе и теоретиком.

В этом разделе мы рассмотрим каждое из основных положений, касающихся природы человека. Мы убеждены, что все значительные теоретики личности в своих построениях занимали ту или иную позицию по этим положениям, и ни одна сколько-нибудь выдающаяся теория не может быть полностью и правильно понятой безотносительно к ним. В некотором смысле различия между теориями отражают более фундаментальные различия между их создателями в отношении данных положений.

Основные положения о природе человека можно представить в виде следующих полярных понятий:

1. Свобода	Детерминизм
2. Рациональность	Иррациональность
3. Холизм	Элементализм
4. Конституционализм	Инвайронментализм
5. Изменяемость	Неизменность
6. Субъективность	Объективность
7. Проактивность	Реактивность
8. Гомеостаз	Гетеростаз
9. Познаваемость	Непознаваемость

Вышеперечисленные положения представляют собой относительно постоянные биполярные шкалы, и любой персонолог может обозначить свою позицию в виде определенной точки между этими крайними полюсами. Другими словами, каждое положение представлено в виде континуума с двумя экстремумами (например, свобода расположена на одном полюсе первого континуума, а детерминизм на противоположном полюсе этого же континуума). С точки зрения философии, категории, образующие эти положения, следовало бы рассматривать скорее как два противоположных друг другу класса, чем в виде континуума (например, люди или свободны, или управляемы). Однако среди персонологов имеются большие различия относительно того, в какой степени каждое исходное положение характеризует человека. Скажем, ученый А полагает, что люди более свободны, чем считает ученый Б. Таким образом, желательно рассматривать исходные положения в виде континуума, благодаря чему будет легче устанавливать существенные различия между самими теоретиками. Далее следует краткое обсуждение каждого из основных положений.

Свобода—детерминизм

Один из самых главных вопросов, имеющих отношение к человеческой природе, касается той степени внутренней свободы, которой люди обладают в выборе направления своих мыслей и поступков, а также в осуществлении контроля над своим поведением. В какой степени участвует субъективно переживаемое чувство свободы в принятии решений конкретными людьми? До каких пределов их поведение детерминировано факторами, которые частично или полностью находятся за пределами осознания? Философы и другие мыслители обсуждали этот вопрос на протяжении столетий. Поэтому не удивительно, что он никоим образом не безразличен современной психологии [Deci, Ryan, 1985].

Совершенно очевидно, что ведущие теоретики личности отличаются друг от друга в отношении такого исходного положения о природе человека, как свобода—детерминизм. Например, Карл Роджерс утверждал, что «человек не просто обладает характеристиками машины, он не только заключен в тиски бессознательных мотивов, но он является личностью в процессе создания самого себя, личностью, творящей смысл своей жизни и олицетворяющей степень субъективной свободы» [Shlien, 1963, p. 307]. Скиннер, наоборот, утверждал, что «автономный человек — это изобретение, используемое для объяснения того, что мы не в состоянии объяснить никаким другим образом. Он возник в результате нашего невежества и по мере того, как растет наше понимание, исчезает сам материал, из которого он создан» [Skinner, 1971, p. 200]. В этом смысле ни одну из приведенных позиций ученых нельзя считать строго фактически доказанной. Скорее, они представляют собой философские представления о природе человека.

Если данный теоретик личности, основываясь на своем личном опыте и множестве факторов, оказавших влияние на его интеллектуальное развитие, допускает, что люди обладают подлинной свободой выбора, это окажет существенное воздействие на его теорию. Вероятнее всего этот автор сформулирует теорию, в которой люди рассматриваются изначально ответственными за собственные действия и, по крайней мере, в некоторой степени способными преодолевать влияние различных факторов своего окружения. В этой теории будет просматриваться тенденция расценивать свободный выбор как квинтэссенцию всего того, что подразумевается под понятием человек. С другой стороны, если персонолог склоняется к детерминизму, в его теории поведение человека будет описано как контролируемое теми или иными факторами. В этом случае на ученого будет возложена задача точного определения упомянутых факторов, и ее решению будет посвящена значительная часть теории. Детерминистски ориентированные теории личности заметно различаются в объяснении природы факторов, влияющих на поведение. Например, поведение человека может определяться неосознаваемыми мотивами, внешними подкреплениями, опытом ранних лет жизни, физиологическими процессами, генетической предрасположенностью, культурными влияниями, и каждый из этих факторов может быть интерпретирован различным образом. Тем не менее, основным источником согласованности между перечисленными подходами является положение о том, что поведение человека детерминировано.

Позиция, занимаемая персонологом в отношении свободы—детерминизма, сильно влияет на характер его теории и следующие из нее выводы о сущности человеческой природы. Это в равной степени верно и в отношении других основных положений. *Теория личности отражает конфигурацию позиций, занимаемых теоретиком в отношении основных положений о природе человека.*

Рациональность—иррациональность

В основе измерения рациональность—иррациональность лежит вопрос о том, в какой степени сила нашего разума способна оказывать влияние на наше каждодневное поведение? Являются ли люди по своей сути рациональными существами, чье поведение направляется рассуждениями, или ими управляют иррациональные силы? Несмотря на то, что ни один теоретик личности не придерживается убеждения о людях как исключительно «рациональных» или исключительно «иррациональных» существах, между ними наблюдаются отчетливые различия по этому исходному положению. Например, Келли в своей теории личности сделал акцент на рациональных процессах в функционировании людей [Kelly, 1963]. Он предполагал, что каждая личность — это «ученый», исследователь, и интеллектуальные процессы имеют первостепенное значение для понимания поведения человека. Полную противоположность представляет теория Фрейда, основная доктрина которой сводится к тому, что психические процессы по своей сути неосознаваемы. Фрейд придерживался убеждения, согласно которому «только вследствие нашей завышенной самооценки мы отказывается признать возможность того, что можем не быть непререкаемыми хозяевами во владениях собственного разума» [Kohut, Seitz, 1963, p. 118]. Являемся ли мы разумными хозяевами своей судьбы, капитанами судов своего поведения, или мы находимся под контролем глубинных иррациональных сил, о самом существовании которых и не подозреваем?

Позиция персонолога по этому спорному вопросу влияет на расстановку акцентов в его теории. Например, если теоретик предполагает, что человеческий разум — чрезвычайно могучая сила, то его теория личности будет описывать поведение, в значительной степени управляемое когнитивными процессами. Более того, весьма вероятно, что данная теория, по крайней мере до некоторой степени, будет касаться характера, разнообразия и развития этих когнитивных процессов. Если же персонолог тяготеет к противоположному мнению, его теория скорее всего будет описывать поведение как изначально побуждаемое иррациональными силами, которые личность частично или тотально не осознает. В зависимости от содержания теории, отношения между осознаваемыми, рассудочными и неосознаваемыми, иррациональными процессами могут быть изображены в виде айсберга, вершину которого образуют осознаваемые, рациональные побуждения, а колеблющаяся ватерлиния отделяет надводную часть от неосознанных глубин. Центром этой теории будет как содержание подводных сил, так и их влияние на поведение человека. Поскольку «рационально-ориентированные» и «иррационально-ориентированные» теоретики могут расходиться во мнении о природе «рациональных» или «иррациональных» факторов личности, различие между ними по базисному положению рациональности—иррациональности ведет к противоположным взглядам на человека.

Холизм—элементализм

Сторонники холистического положения утверждают: человеческая природа такова, что поведение можно объяснить только путем изучения индивида как единого целого. Элементалистическая позиция, наоборот, предполагает, что природа человека и поведение как ее результат могут быть объяснены только путем исследования каждого фундаментального аспекта поведения отдельно, независимо от остальных. Ключевым научным вопросом в этом случае является уровень и единица анализа, применяемого при изучении индивидуумов. Какой путь является наилучшим: изучать индивидуумов как целое или исследовать каждую характеристику отдельно? Разногласия среди персонологов по этому спорному вопросу отражают более существенные различия между ними по основному положению холизм—элементализм.

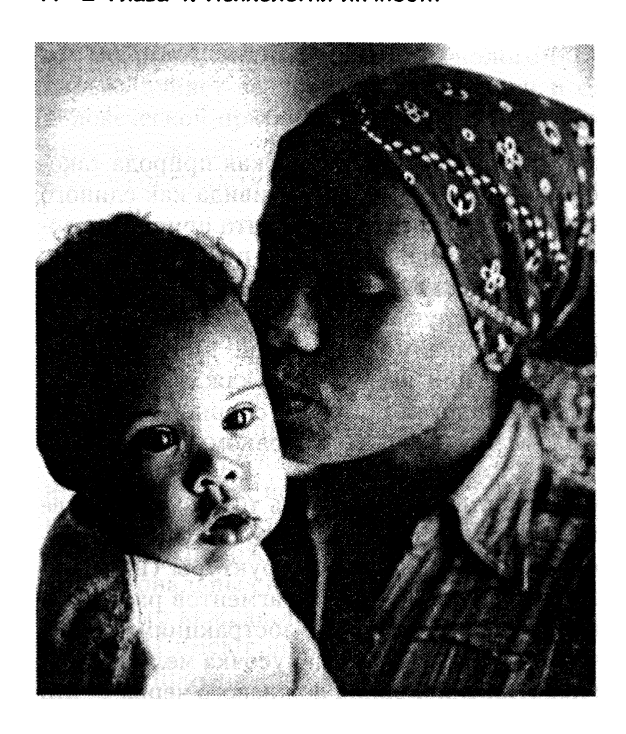
Согласно холистическому подходу, личность можно понять только в качестве целостной сущности. Сторонники этого подхода утверждают, что объяснение элементов еще не объясняет результирующей функциональной структуры (или гештальта). Холисты утверждают: чем на большее количество фрагментов разделить организм, тем с большей вероятностью мы будем иметь дело с абстракциями, а не с живым человеком. Как заметил один персонолог: «Половина кусочка мела все еще является кусочком мела, только более коротким; половина дождевого червя — это половина дождевого червя, но все еще червь по сути; половина человека — отнюдь не человек» [Shlien, 1963, p. 305]. Таким образом, убежденные холисты пытаются описывать и изучать личность как единое целое.

Сторонники элементализма доказывают, что систематическое понимание поведения человека может быть достигнуто только посредством детального анализа его составных частей. Элементалисты убеждены: так же как изучение анатомии не отрицает реальность существования и необходимость изучения клеточных структур, нельзя отрицать и значимость изучения отдельных факторов, образующих основу целостного поведения людей. Элементалисты долгое время утверждали, что положения, выглядящие по сути неопределенными и непроверяемыми на уровне общего поведения, доступны проверке на уровне более элементарном. Поэтому, с их точки зрения, истинно научный подход к изучению личности должен опираться на четкие, легко проверяемые и элементалистические представления. В области теории личности элементалисты пытаются создавать и изучать именно подобные типы концепций.

Конституционализм—инвайронментализм

Студенты, изучающие личность, часто задают вопрос: «В какой степени то, что называется личностью, представляет собой результат действия генетических факторов, а в какой степени она — продукт окружающей среды?» Проблема «природа или воспитание»[1] обсуждалась в разных ракурсах с древнейших времен. Она и сегодня стоит перед нами: незаметно вкрадывается она в размышления современных

[1] В отечественной психологической терминологии: биологическое—социальное. *(Прим. науч. ред.)*



Является ли материнская забота результатом влияния биологических факторов, или среды, или их взаимодействия? Позиция, которую занимает персонолог по проблеме «природа — воспитание», оказывает влияние на его концепцию человеческой природы.
(Joel Gordon)

теоретиков личности, и влияние ее бывает настолько ощутимым, что сказывается на их представлениях о природе человека, а следовательно, на их концепциях структуры личности и личностного развития.

У конституционализма (положение о наследовании черт) длинная история в психологии. Еще Гиппократ и Гален высказывали мнение о том, что темперамент индивидуума обусловлен уникальным соотношением (балансом) четырех соков организма. Их единомышленники — ученые XX века создали сложнейшие методики для установления влияния наследственности на диспозиции, или темперамент [Buss, Plomin, 1984]. Кроме того, в разработанных Кеттелом и Айзенком теоретических направлениях (глава 6) подчеркивается значимость генетической предрасположенности и физической конституции в развитии основных черт личности. В некоторых наиболее значительных теориях личности важным фактором считается также биологический субстрат индивидуума. Такова, например, фрейдовская концепция ид, представленного в виде унаследованного базисного компонента личности, закрепленного в конституции данного индивидуума.

Инвайронментализм — тоже не новая идея в психологии. Уотсон делал упор на основных процессах обусловливания, основываясь на исходной предпосылке о том, что окружающая среда имеет определяющее значение в формировании поведения человека. В самом деле, исследование научения считают таким важным именно потому, что научение — психологический процесс, посредством которого окружающая среда формирует поведение. Этой точки зрения придерживались многие видные психологи; у них было большое число последователей, каждый из которых сделал свои теоретические выводы из положений предшественников. Эти выводы,

важные для психологии личности, просматриваются наиболее явно в современной бихевиористской теории научения, хотя бихевиоризм и не обладает монополией на инвайронментализм. Черты инвайронментализма можно найти практически во всех теориях личности.

Каковы могут быть последствия того, что персонолог опирается на один из крайних полюсов оси конституционализм — инвайронментализм? Теоретик, склоняющийся к конституционализму, будет вероятнее всего рассматривать личность человека как продукт внутренних физических сил, а не как результат влияния внешних факторов (например, Джейн и Джон очень агрессивны, потому что у них сильное ид или потому что агрессия — наследуемая черта). Даже если теоретик признает определенные внешние влияния на поведение, в его личностных концепциях будут, тем не менее, отражены положения о конституциональной предрасположенности. Напротив, теоретик, придерживающийся инвайронментализма, будет рассматривать природу человека как в гораздо большей степени подвластную прихотям окружающей среды (например, Джейн и Джон очень агрессивны, потому что таким был их прошлый опыт научения — по существу, их сделало такими окружение). Персонолог, склоняющийся к инвайронментализму, будет выстраивать свои доводы с этих позиций и, вдобавок, сфокусируется на процессах научения, посредством которых среда влияет на развитие личности.

Наконец, следует признать, что почти все современные психологи по данному положению занимают *интеракционистскую позицию* [Blass, 1984; Kihlstrom, 1987; Magnusson, 1981]. С этой возобладавшей над другими точки зрения, поведение человека рассматривается неизменно как итог взаимодействия конституции и окружающей среды. Это значит, что данный конституциональный фактор проявляется по-разному в разных условиях среды, а влияние среды будет давать различный эффект в зависимости от конституции данного человека. Однако для наших целей будет полезным отделить конституцию от окружающей среды. Благодаря этому концептуальному разделению нам станет более понятен личный вклад каждого ученого-теоретика.

Изменяемость—неизменность

Суть вопроса, содержащегося в этом положении, такова: до каких пределов индивидуум способен фундаментально меняться на протяжении жизни? Проще говоря, насколько действительно может изменяться основной склад личности? Является ли глубинное изменение необходимым компонентом эволюции или развития личности? Являются ли поверхностные изменения, которые мы наблюдаем у себя и других людей, только внешними, в то время как лежащая в основе поведения структура личности остается стабильной и незатронутой изменениями? Как и в случаях других основных положений, несхожесть позиции персонологов в отношении изменяемости — неизменности также приводит к разной расстановке акцентов в их теориях.

Как отмечалось раньше, в большинстве определений личности основной упор делается на историю жизни или историю развития или перспективы развития. Положение изменяемости — неизменности выливается в вопрос: сколько фундаментальных изменений может претерпеть личность в течение жизни? Даже в русле одной и той же широкой традиции в персонологии можно обнаружить разногласия

между учеными по этой проблеме. Например, и Фрейд и Эриксон, представляющие психодинамическую традицию в теории личности, основательно расходятся по этому основному положению.

Эриксон [Erikson, 1982] допускал изменяемость личности гораздо в большей степени, чем Фрейд. Подчеркивая, что жизнь — это постоянные изменения, Эриксон описывал личность, как обязательно проходящую в своем развитии определенные стадии, каждая из которых отмечена особым психосоциальным кризисом. Изменения личности продолжаются в благоприятном или неблагоприятном направлении в зависимости от того, каким способом люди разрешают эти кризисы. Совершенно противоположным образом Фрейд [Freud, 1925] представляет базисную структуру характера человека такой, какой она устанавливается под влиянием переживаний в детстве. С точки зрения Фрейда, несмотря на поверхностные изменения в поведении человека на протяжении жизни, основная структура его характера остается в значительной степени неизменной. Существенные же изменения личности могут быть достигнуты в лучшем случае с большим трудом и то только в результате длительного и очень болезненного процесса психоаналитической терапии.

Персонологи, убежденные в изменяемости человеческой личности, могут по-разному обнаруживать это в своих теориях. Например, их теории могут:

- содержать концепцию стадийного развития на протяжении всей жизни индивидуума;
- быть сфокусированы на силах, вызывающих изменения в поведении;
- содержать гипотезы, объясняющие, как людям удается не соприкасаться со своим прошлым;
- ставить акцент на дальнейших перспективах развития личности.

Независимо от ориентации той или иной конкретной теории, в ней будет выражено исходное положение о том, что значимые личностные изменения могут происходить и действительно происходят, и поэтому им следует дать объяснение на языке теории.

Персонологи, склоняющиеся к положению неизменности, скорее всего, утвердят его в виде теории о некоторых неизменных структурах, составляющих ядро личности и определяющих поведение индивидуума на всем протяжении его жизни. Они подчеркнут уместность подобных структур; выделят конституциональные или средовые факторы, ответственные за их становление, а также способ, посредством которого эти структуры с необходимостью характеризуют поведение индивида в течение жизни.

Субъективность—объективность

Верно ли то, что люди живут в сугубо личном, субъективном мире опыта, и этот мир оказывает решающее влияние на их поведение? Или на их поведение влияют прежде всего, если не исключительно, внешние, объективные факторы? В этом заключается суть положения о субъективности—объективности. Персонологи занимают различные позиции по отношению к этому положению, что отчетливо вид-

но в их теориях. Основная причина столь острых расхождений кроется, возможно, в философских расхождениях между бихевиоризмом и феноменологией в современной психологии. Проиллюстрируем это предположение.

Карл Роджерс, чья теория представляет феноменологическое направление в теории личности, утверждал: «Внутренний мир индивидуума, видимо, оказывает более существенное влияние на его поведение, чем внешние стимулы окружающей среды» [Rogers, 1964, р. 124]. Для Роджерса (и для феноменологии) имеет первостепенное значение система субъективных эталонов человека, и его наблюдаемое поведение всегда будет непонятным без ссылки на нее. В этом случае, как и во многих других, мнение Скиннера — прямо противоположное. Скиннер, наиболее влиятельная фигура в современном бихевиоризме, утверждал: «Задача научного анализа — объяснить, каким образом поведение субъекта как физической системы соотносится с условиями, в которых эволюционирует человек как вид, а также с условиями, в которых индивид живет» [Skinner, 1971, р. 14]; и далее: «Мы можем следовать путем, проложенным физикой и биологией, изучая связь между поведением и окружающей средой напрямую, и можем пренебречь положением о промежуточной роли сознания» [*Ibid*, р. 15]. Для Скиннера (и частично для современного бихевиоризма) поведение человека является в значительной степени результатом воздействия внешних, объективных факторов — именно эти закономерные взаимосвязи между данными факторами и поведением организма должна изучать наука психология.

Теория, созданная персонологом, тяготеющем к субъективности, будет касаться природы субъективного опыта индивидуума. По сути, теоретик такого типа скорее всего будет считать наиболее важной частью психологии изучение *человеческого опыта*. И наоборот, персонолог, тяготеющий к объективности, с наибольшей вероятностью создаст теорию, касающуюся прежде всего объективных поведенческих реакций и закономерных взаимосвязей поведения с измеряемыми факторами окружающей среды. Такому теоретику психология представляется истинной наукой о *поведении*, а субъективным переживаниям индивидуума как таковым в ней будет уделено очень мало внимания.

Проактивность—реактивность

Вопрос проактивности—реактивности имеет непосредственное отношение к локусу причинности в объяснении поведения человека. Иными словами, где следует искать истинные причины поведения человека? Порождают ли его внутренние факторы, или оно представляет собой просто серию ответов на внешние стимулы? Суть проактивного взгляда выражена в убеждении, что истоки всех форм поведения находятся внутри самой личности. Люди скорее совершают поступки и действуют, чем реагируют. Персонологи, принявшие положение проактивности, твердо верят, что поведение человека обусловлено внутренними факторами. Маслоу выразил проактивный взгляд на человека следующим образом: «Будущее человека находится внутри него, и оно в данный конкретный момент динамически активно» [Maslow, 1961, р. 59]. Персонологи, занимающие позицию проактивности, формулируют теоретические концепции с целью объяснения того, каким образом люди инициируют свои поступки.

С позиций реактивности поведение интерпретируется в основном как реакция на стимулы из внешнего мира. Действительные причины поведения рассматриваются в этом случае в качестве исключительно внешних по отношению к субъекту. Положение реактивности ясно выразил Скиннер: «Не суть важно, что происходит внутри тела человека; независимо от того, насколько полно мы знаем это, мы сможем объяснить поведение человека» [Skinner, 1989, p. 18]. Персонологи реактивной ориентации особенно высоко ценят концепции, в которых отражены взаимосвязи типа стимул—ответ и/или поведение—окружающая среда. Они полагают, что истоки поведения человека лежат в окружающей среде, в которой это поведение проявляется.

Гомеостаз—гетеростаз

Положение гомеостаз—гетеростаз в своей основе имеет отношение к мотивации человека. Движет ли индивидуумом прежде всего (или исключительно) необходимость уменьшения напряжения и сохранения состояния внутреннего равновесия (гомеостаз)? Или основная его мотивация направлена на развитие, поиск новых стимулов и самореализацию (гетеростаз)? Персонологи, придерживающиеся разных точек зрения по этому вопросу, высказывают диаметрально противоположные взгляды на мотивационный фундамент поведения. По словам Бюлер: «Невозможно одновременно верить в гомеостаз и в осуществление самореализации как в конечную цель» [Buhler, 1971, p. 383].

В середине нашего столетия Джон Доллард и Нил Миллер отстаивали позицию гомеостаза. Они полагали, что личностные характеристики приобретаются посредством научения, которое всегда предполагает взаимосвязь между факторами побуждения (например, голод) и подкрепления (в данном случае пища) [Dollard, Miller, 1950]. Согласно теории Долларда и Миллера, подкрепление всегда уменьшает силу первоначального побудительного стимула. Люди являются такими, какие они есть, потому что они приобрели стабильные свойства, благодаря которым становится возможным снижать напряжение побудительного мотива и сохранять состояние внутреннего равновесия. Без гомеостатической основы мотивации, по Долларду и Миллеру, развитие личности не представляется возможным.

Примерно в то же самое время, когда Доллард и Миллер впервые обосновывали принцип гомеостаза, Маслоу и Роджерс выдвинули совершенно иную концепцию мотивации человека [Maslow, 1987; Rogers, 1951]. Эти теоретики гетеростаза считали, что основой мотивации людей является непрерывный поиск личностного роста и самореализации. Человек живет не только благодаря редукции потребности. Вместо того, чтобы направлять свое поведение на удовлетворение потребности, а значит, на уменьшение напряжения, люди, согласно своей природе, постоянно ищут новые стимулы и возможности испытать свои силы, чтобы достичь самореализации. Благодаря этой мотивационной тенденции и осуществляется развитие личности.

Это базисное положение породило множество логических построений. Теории личности, созданные убежденными сторонниками гомеостаза, могут предлагать в качестве предмета исследования содержание и разнообразие основных потребно-

стей человека или его инстинктов; различные личностные механизмы, которые вырабатываются у индивидуумов с целью снижения напряжения, создаваемого потребностями; а также процессы, обеспечивающие становление механизмов понижения напряжения. А в теориях личности гетеростатной ориентации будут подчеркиваться интеграция мотивов человека, подчиненная задачам самореализации, устремленности в будущее, а также различные средства, с помощью которых люди достигают личностного роста и самореализации.

Познаваемость—непознаваемость

Уильям Джеймс, великий американский психолог и философ, писал: «Наша наука — это капля, наше неведение — море» [James, 1956, p. 54]. В этом суть проблемы познаваемости — непознаваемости в отношении природы человека. Является ли человек в конечном счете полностью познаваемым наукой или в его природе есть нечто, превосходящее потенциал научного познания? Очевидно, что в настоящее время персонологи не знают о человеке всего, и вопрос состоит только в том, смогут ли они достичь этого когда-нибудь в будущем.

Теоретики личности резко расходятся в мнениях относительно познаваемости — непознаваемости. До некоторой степени эти разногласия связаны с позицией, которую они занимают по другим базисным положениям. Например, сторонник детерминизма и объективности будет рассматривать человеческую личность как доступную научному познанию; в сущности, эти два положения потенциально помещают поведение человека в традиционную сферу научного анализа.

Джон Б. Уотсон исторически олицетворяет собой познаваемость как философское положение. Уотсон был абсолютно убежден в том, что систематическое наблюдение и научный эксперимент помогут открыть принципы, лежащие в основе поведения человека [Lundin, 1963]. Используя этот подход, психологи-бихевиористы, начиная с Уотсона, выдвигали соответствующие концепции личности. Так, в бихевиористском подходе к личности у Скиннера индивиды рассматриваются как максимально познаваемые в рамках науки. На другом полюсе континуума познаваемости — непознаваемости располагается феноменологическая теория Роджерса. В своей книге «Центрированная на клиенте терапия» Роджерс доказывал, что каждый индивидуум живет в постоянно меняющемся мире субъективного опыта, являясь его центром [Rogers, 1951]. Он развил это представление дальше на основе убеждения, что личный мир опыта является конфиденциальным, частным, и может быть познан в подлинном или полном смысле только самим субъектом. Каким бы полным знанием о личности мы ни обладали в будущем, данный взгляд с необходимостью подразумевает, что индивидуумы не могут быть познаны наукой (в данном случае наукой психологией, занимающейся людьми).

Если персонолог убежден, что индивидуумы в конечном счете познаваемы средствами науки, он будет продолжать развивать и проверять свою теорию методологически тщательно, убежденный в том, что благодаря своему подходу постигнет человеческую природу. То, что это может и не произойти при его жизни, не является препятствием, потому что он уверен: его труд значительно ускорит продвижение психологии к конечной цели. С другой стороны, если теоретик допускает непознаваемость индивидуума научными методами, он будет более расположен выйти

за пределы науки в поисках способов понимания людей. Практически он может поддаться соблазну включить в свою теорию концепции, традиционно считающиеся «ненаучными» и/или активно настаивать на новом определении психологии как науки, чтобы подобные концепции стали более приемлемыми для психологов. В любом случае его теория и методология будут отражать его убеждение в том, что природа человека непознаваема средствами современной психологии.

Несколько слов об основных положениях

Глубокий анализ рассмотренных выше основных положений показывает, что они до некоторой степени концептуально пересекаются. Например, трудно вообразить себе теоретика, который допускал бы реактивность без обязательной соотнесенности с объективностью. Одной из граней уверенности в том, что поведение человека представляет собой реакции на внешние факторы, является убеждение, согласно которому эти внешние факторы обладают первостепенной важностью. Однако эти девять положений все же достаточно обособлены друг от друга, и этим оправдано рассмотрение их как самостоятельных единиц. Возможность данного подхода подтверждают противоположные полюса упомянутых двух положений — проактивность и субъективность. Проактивность связана с вопросом о мотивации — являются ли сами люди творцами своего поведения? Субъективность связана с опытом — как влияет субъективный опыт на поступки людей?

Главная причина обращения к каждому из девяти положений в отдельности состоит в том, что с их помощью можно устанавливать релевантные различия между теоретиками. В конкретной рассматриваемой теории одни из них будут выступать более явно, чем другие, а степень влияния того или иного положения будет варьировать от теории к теории. Если, например, позиция персонолога четко не определена на одном из двух полюсов оси субъективность—объективность, это положение будет играть относительно незначительную роль в его теоретических построениях. Другой теоретик может занять совершенно определенную позицию вблизи одного из двух экстремумов, и тогда фактор субъективность—объективность будет доминирующей темой в его рассуждениях. В дальнейшем мы проясним позиции ведущих теоретиков относительно каждого положения, чтобы отчетливо понять внутренние соотношения между базисными положениями и теорией.

Наконец, имеет смысл обратиться к истокам этих основных положений и выяснить, откуда они берут начало. Мы убеждены, что они являются одной из граней мировоззрения самого ученого — в них находит свое отражение его склад личности. Предположения теоретика о природе человека — это неотъемлемая часть его индивидуальности, наряду с другими глубоко укоренившимися убеждениями, основополагающими ценностями и установками. Таким образом, исходные положения приобретаются и развиваются так же, как и другие убеждения теоретика об устройстве мира.

Из этого утверждения следуют очень глубокие выводы. Характерно, что концепции о человеческом поведении в значительной степени отражают то, что персонологи думают о себе и об окружающих. Для некоторых из них данное заключение является неизбежным — разбирая их теории, мы легко можем узнать многое о них самих и об их воззрениях на личность. В этом ракурсе биографические

очерки, включенные в каждую главу, приобретают дополнительное значение: изучая обстоятельства жизни исследователя-теоретика, мы получаем дополнительную возможность проследить личные истоки его теоретических убеждений.

РЕЗЮМЕ

Теории личности представляют собой организованные попытки продвинуться в нашем понимании поведения человека с точки зрения психологии. Теории личности имеют отношение не только к общему функционированию индивидуума, но также к индивидуальным различиям между людьми.

Хотя в настоящее время нет общепринятого единственного определения личности, тем не менее, в большинстве теоретических определений личность рассматривается как общая идея индивидуальных различий, как гипотетическая структура, как процесс развития на протяжении жизни, а также как сущность, объясняющая стабильные формы поведения. Сфера личностных исследований является обособленной в психологии благодаря ее попытке синтезировать и интегрировать соответствующие принципы из всех областей психологии. Психология личности является также подразделом академической психологии, включающим многие теоретические направления, значительный багаж исследовательских находок, множество методов и приемов оценки, а также принципы понимания и исправления патологического поведения.

Теории личности выполняют две основные функции: первая — обеспечение понятийной основы, дающей возможность объяснять те или иные классы наблюдаемых взаимосвязанных событий; вторая — предсказание событий и связей, до сих пор не изучавшихся.

Теории личности фокусируются на шести самостоятельных аспектах поведения человека: структура, мотивация, развитие, психопатология, психическое здоровье и изменение поведения посредством терапевтического воздействия. При оценке теорий используются шесть основных критериев: верифицируемость, эвристическая ценность, внутренняя согласованность, экономичность, широта охвата и функциональная значимость.

Теории личности основываются на определенных исходных положениях о природе человека. Различия между самими теоретиками по этим положениям составляют принципиальную основу для различения соответствующих теорий. В этой главе были определены и обсуждены девять основных положений, касающихся природы человека: свобода — детерминизм, рациональность — иррациональность, холизм — элементализм, конституционализм — инвайронментализм, изменяемость — неизменность, субъективность — объективность, проактивность — реактивность, гомеостаз — гетеростаз и познаваемость — непознаваемость.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. У каждого из нас есть рабочее определение того, что мы понимаем под термином «личность». Какое оно у вас? Содержит ли оно какой-нибудь особый взгляд на поведение человека?

2. Каковы преимущества изучения личности строго в рамках научной психологии? Каковы возможные неудобства или ограничения такого подхода?
3. Что такое теория личности и каковы ее основные функции? Если бы теории личности не было, к каким последствиям это привело бы?
4. Опишите основные темы или вопросы, касающиеся поведения человека, ответы на которые должна стремиться получить общая теория личности.
5. Коротко обсудите шесть критериев, используемых персонологами для объяснения, почему одна теория лучше другой. Какой критерий вы считаете самым подходящим для оценки общего достоинства теории? Поясните.
6. Теперь, когда вы изучили девять основных положений о природе человека, перечислите ваши собственные предположения на этот счет. Какую позицию занимаете вы по каждому из этих девяти положений? Дайте объяснения.
7. Обоснуйте свою позицию в отношении положения свобода—детерминизм. Почему вы думаете, что люди по существу свободны или несвободны? Есть ли какой-нибудь путь решения этого вопроса на основе современных научных знаний?
8. Думаете ли вы, что психология со временем откроет все, что можно узнать о природе людей? Если нет, то какова ценность предпринимаемого сегодня изучения личности? Изложите свои соображения по этой проблеме.

ГЛОССАРИЙ

Верифицируемость (Verifiability). Критерий, используемый для определения ценности теории. Адекватная теория должна содержать четко определенные, логически взаимосвязанные и поддающиеся эмпирическому обоснованию концепции.

Внутренняя согласованность (Internal consistency). Критерий, используемый для определения ценности теории. Адекватная теория должна объяснять отличные друг от друга феномены внутренне согласованным способом.

Гетеростаз (Heterostasis). Исходное положение о том, что люди мотивированы, главным образом, стремлением к личностному росту, поиску стимулов и к самореализации.

Гомеостаз (Homeostasis). Исходное положение о том, что люди мотивированы прежде всего стремлением уменьшить напряжение и сохранить внутреннее состояние равновесия.

Детерминизм (Determinism). Исходное положение о том, что все наше поведение обусловлено воздействием каких-то событий и не проявляется свободно.

Изменчивость (Changeability). Исходное положение о том, что личность претерпевает непрерывные изменения на протяжении всей жизни индивида.

Инвайронментализм (Environmentalism). Исходное положение о том, что личность сформирована социальными и культурными влияниями.

Интеракционистский подход (Interactionist approach). Подход внутри самой психологии, согласно которому подчеркивается значимость как индивидуальных различий, так и ситуационных факторов в объяснении поведения.

Иррациональность (Irrationality). Исходное положение о том, что поведение человека направляется иррациональными силами, которые частично или полностью не осознаются.

Конституционализм (Constitutionalism). Исходное положение о том, что личность сформирована генетическими и биологическими факторами.

Неизменность (Unchangeability). Исходное положение о том, что структура личности упрочивается в ранние годы жизни и не меняется в дальнейшем.

Объективность (Objectivity). Исходное положение о том, что поведение человека является, главным образом, результатом действия внешних, поддающихся измерению факторов.

Основные (исходные) положения (Basic assumption). Философские предположения, которые люди, в том числе и теоретики личности, делают относительно природы людей.

Персонолог (Personologist). Термин, предложенный Генри Мюрреем для обозначения теоретика и/или исследователя личности.

Познаваемость (Knowability). Исходное положение о том, что принципы управления поведением человека будут в конце концов открыты благодаря научному познанию.

Проактивность (Proactivity). Исходное положение о том, что причины поведения человека заключены в нем самом.

Психология личности (Personality psychology). Самостоятельный подраздел академической психологии, включающий теорию, исследование и оценку.

Рациональность (Rationality). Исходное положение о том, что люди являются рациональными существами, способными направлять свое поведение путем рассуждений.

Реактивность (Reactivity). Исходное положение о том, что действительные причины поведения человека являются исключительно внешними по отношению к нему и что его поведение представляет собой просто серию ответов на внешние стимулы.

Самоэффективность (Self-efficacy). Концепция, предложенная Бандурой, в которой подразумевается убежденность индивидуума в том, что он может управлять своим поведением так, чтобы оно являлось результативным.

Свобода (Freedom). Исходное положение о том, что люди ответственны за свои собственные действия и способны преодолевать влияние среды на поведение.

Структура личности (Personality structure). В теории личности — понятие структуры имеет отношение к наиболее стабильным и неизменным свойствам, проявляемым индивидуумами в разное время и в различных ситуациях.

Субъективность (Subjectivity). Исходное положение о том, что каждый человек живет в максимально личном, субъективном мире переживаний, и этот мир оказывает главное влияние на его поведение.

Теории личности (Personality theories). Различные системы внутренне согласованных концепций, созданные исследователями для объяснения многообразия и сложности целостного индивидуума, функционирующего в реальном мире.

Тип (Type). Категория, с помощью которой оцениваются люди, имеющие определенные общие характеристики (например, интроверты и экстраверты).

Функциональная значимость (Functional significance). Критерий, используемый для определения ценности теории. Адекватная теория должна предлагать полезные подходы к решению проблем.

Холизм (Holism). Исходное положение о том, что поведение можно объяснить только путём изучения индивидуумов как целостных систем.

Черта личности (Trait). Стабильная предрасположенность вести себя определенным образом, что выражается в поведении человека в различных социальных условиях (например, ненапряженное и консервативное поведение).

Широта охвата, всесторонность (Comprehensiveness). Критерий, используемый для определения ценности теории. Адекватная теория должна охватывать и объяснять широкий круг разнообразных поведенческих феноменов.

Эвристическая ценность (Heuristic value). Критерий, используемый для определения ценности теории. Адекватная теория должна стимулировать новые идеи для дальнейшего научного поиска.

Экономость (Parsimony). Критерий, используемый для определения ценности теории. Адекватная теория должна содержать только те концепции и положения, которые действительно необходимы для объяснения феномена, попадающего в сферу данной теории.

Элементализм (Elementalism). Исходное положение о том, что понимание поведения человека может быть достигнуто только путем исследования каждого из его фундаментальных аспектов независимо от остальных.

Этиология (Etiology). Изучение и объяснение причин патологического поведения.

БИБЛИОГРАФИЯ

Bandura A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. American Psychologist, 37, 122–147.
Blass T. (1984). Social psychology and personality: Toward a convergence. Journal of Personality and Social Psychology, 47, 1013–1027.
Buhler C. (1971). Basic theoretical concepts of humanistic psychology. American Psychologist, 26, 378–386.
Buss A. H., Plomin R. (1984). Temperament: Early developing personality traits. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Deci E. L., Ryan R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum.
Dollard J., Miller N. E. (1950). Personality and psychotherapy. New York: McGraw-Hill.
Erikson E. H. (1982). The life cycle completed. New York: Norton.
Fancher R. E. (1990). Pioneers of psychology (2nd ed.). New York: Norton.
Freud S. (1925). Some character types met with in psychoanalysis work. In S. Freud, Collected papers (Vol. 4). London: Institute for Psychoanalysis and Hogarth Press.
Gould M., Wunsch-Hitzig R., Dohrenwend B. S. (1981). Estimating the prevalence of childhood psychopathology. Journal of the American Academy of Child Psychiatry, 20, 462–476.
James W. (1956). The will to believe and other essays on popular philosophy. New York: Dover (Orig. Publ. 1896).
Kelly G. (1963). A theory of personality. New York: Norton.
Kihlstrom J. F. (1987). Introduction to the special issue: Integrating personality and social psychology. Journal of Personality and Social Psychology, 53, 989–992.
Kohut H., Seitz P. (1963). Psychoanalytic theory of personality. In J. Wepman, R. Heine (Eds.). Concepts of personality (pp. 113–141). Chicago: Aldine.
Lundin R. (1963). Personality theory in behavioristic psychology. In J. Wepman, R. Heine (Eds.). Concepts of personality (pp. 257–290). Chicago: Aldine.
Magnusson D. (1981). Wanted: A psychology of situations. In D. Magnusson (Ed.). Toward a psychology of situations: An interactional perspective. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Maslow A. H. (1961). Existential psychology – What's in it for us? In R. May (Ed.). Existential psychology (pp. 52–60). New York: Random House.
Maslow A. H. (1987). Motivation and personality. (3rd ed.). New York: Harper and Row.
Murray H. (and collaborators). (1938). Explorations in personality. New York: Oxford University Press.
Myers J. K., Weissman M. M., Tischler G. L. et al. (1984). Six-month prevalence of psychiatric disorders in three communities. Archives of General Psychiatry, 41, 959–967.
Rogers C. R. (1951). Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers C. R. (1964). Toward a science of the person. In T. Wann (Ed.). Behaviorism and phenomenology: Contrasting bases for modern psychology (pp. 109–140). Chicago: University of Chicago Press.
Rose R. J., Koskenvuo M., Kaprio J., Sarna S., Langinvainio H. (1988). Shared genes, shared experiences, and similarity of personality: Data from 14,288 adult Finnish co-twins. Journal of Personality and Social Psychology, 54, 161–171.
Rushton J. P., Fulker D. W., Neale M. C., Nias D. K., Eysenck H. J. (1986). Altruism and aggression: The heritability of individual differences. Journal of Personality and Social Psychology, 50, 1192–1198.
Scarr S., Carter-Saltzman L. (1982). Genetics and intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.). Handbook of human intelligence. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
Scarr S., McCartney K. (1983). How people make their own environments: A theory of genotype → environment effects. Child Development, 54, 424–435.

Schultz D. (1977). Growth psychology: Models of the healthy personality. New York: D. Van Nostrand.
Shlien J. (1963). Phenomenology and personality. In J. Wepman, R. Heine (Eds.). Concepts of personality (pp. 291–330). Chicago: Aldine.
Skinner B. F. (1971). Beyond freedom and dignity. New York: Knopf.
Skinner B. F. (1989). The origins of cognitive thought. American Psychologist, 44, 13–18.
Tellegen A., Lykken D. T., Bouchard T. J. et al. (1988). Personality similarity in twins raised apart and together. Journal of Personality and Social Psychology, 54, 1031–1039.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Buss D. M., Cantor N. (1989) (Eds.). Personality psychology: Recent trends and emerging directions. New York: Springer-Verlag.
Carson R. C. (1989). Personality. Annual Review of Psychology, 40, 227–248.
Mindess H. (1988). Makers of psychology: The personal factor. New York: Human Sciences Press.
Nye R. (1975). Three views of man: Perspectives from Sigmund Freud, B. F. Skinner, and Carl Rogers. Monterey, CA: Brooks/Cole.
Pervin L. (1990). A brief history of modern personality theory. In L. Pervin (Ed.). Handbook of personality theory and research (pp. 3–18). New York: Guilford.
Smith L. (1985). Problems and progress in the philosophy of science: An essay review. Journal of the History of the Behavioral Sciences, 21, 208 – 216.
Stevenson L. (1987). Seven theories of human nature (2nd ed.). New York: Oxford University Press.

Глава 2

ИССЛЕДОВАНИЕ И ОЦЕНКА В ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

В первой главе отмечалось, что основным критерием при определении ценности теории личности является степень, в которой она стимулирует и направляет исследование. В сущности, хорошая теория порождает гипотезы, которые легко проверить посредством эмпирического исследования. В результате эксперимента, нацеленного на проверку гипотезы, становится возможным определить, какие из теоретических утверждений следует принять, а какие отвергнуть. В идеальном случае личностные психологи в поисках фактов или закономерностей должны получать данные, которые могут быть объяснены на более широкой теоретической основе. Теория, не подтвержденная исследованием, – не более, чем праздные размышления. Сходным образом накопление фактов бесполезно до тех пор, пока процесс получения этих данных не будет организован на конструктивной и ясной основе. Эту основу и обеспечивает теория, обобщающая и представляющая эмпирические данные значимым образом.

Исследование, базирующееся на теории (*полное* или *фундаментальное исследование*), позволяет устанавливать, существуют ли на самом деле предполагаемые взаимоотношения как между определенными феноменами, так и внутри каждого из них. Когда две теории личности предсказывают не согласующиеся соотношения для определенного класса феноменов, мы обращаемся к исследованию, чтобы выявить закономерности, имеющее место в действительности. Например, психодинамическая теория предсказывает, что наблюдение насилия, показанного в сценическом действии, будет снижать уровень актуального насилия у тех, кто побывал в роли зрителей. Согласно теории, причина заключается в том, что у наблюдателя происходит выход подавленной агрессивной энер-

гии (подобная разрядка известна как «катарсис»). Теория социального научения, наоборот, предсказывает, что, поскольку агрессивное поведение приобретается в результате научения, чем больше мы наблюдаем, как люди прибегают к насилию, тем с большей вероятностью мы сами ведем себя подобным образом. Результаты изучения влияния демонстрации насилия по телевидению и другим каналам вещания позволяют выяснить, какое из этих предсказаний является более обоснованным (детальное описание дебатов по этой проблеме дается в главе 8).

Хотя научные изыскания в области психологии личности редко осуществляются в отрыве от теоретических положений, из этого не следует, что понимание личности никогда не продвигалось вперед благодаря изысканиям, с теорией не связанным, или даже благодаря «случайным» результатам. На самом деле, допускается значительная свобода в отношении связи между теорией и экспериментальным исследованием. Некоторые персонологи проводят исследования, не соотносящиеся с теорией, в надежде получить неожиданные результаты, которые могут вступать в противоречие с теорией. Однако более часто исследователи-персонологи изучают вопросы, логически вытекающие из того или иного теоретического направления. Большинство исследований, описанных в этой книге, проводились на основе имевшейся теории в целях эмпирической проверки ее предсказаний. Проверяемые предсказания, называемые *гипотезами*, позволяют оценивать истинность и полезность утверждений, содержащихся в данной теории. Теория личности обладает реальной ценностью, если она выдвигает определенные гипотезы, которые могут подтвердиться или не подтвердиться в результате эмпирического исследования. Как показано на рис. 2–1, полезная теория порождает проверяемые гипотезы, которые, в свою очередь, преобразуют и расширяют саму теорию.

Магистральное направление нашего движения в сторону более полного понимания человеческой личности определяется связью между теорией и исследованием. Эксперимент выполняет роль индикатора для проверки теории. Если результаты проверочного исследования не согласуются с постулатами теории, у нас будет гораздо меньше оснований принять эту теорию. Наиболее вероятно, что нам придется в этом случае создавать новую теорию или пересматривать существующую,

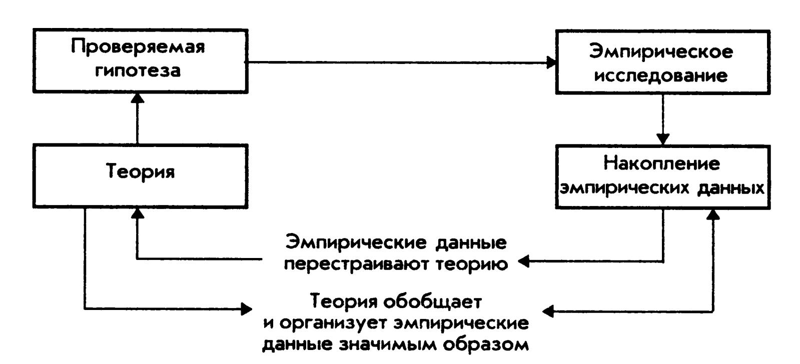


Рис.2–1. *Теория выдвигает проверяемую гипотезу, затем проводится эмпирическое исследование и сбор эмпирических данных. В свою очередь, эмпирические данные подтверждают, опровергают или перестраивают теорию. Теория также обобщает и организует эмпирические данные таким образом, чтобы дать более последовательное объяснение феноменов, с которыми она имеет дело.*

чтобы добиться объяснения не согласующихся между собой данных. С другой стороны, если результаты эмпирического исследования совпадают с положениями теории, мы скорее всего будем ей доверять. Следует, однако, заметить, что теории никогда не проверяются целиком. Путем исследования проверяются скорее отдельные гипотезы, вытекающие из утверждений теории. Соответственно, теории личности всегда находятся на разных стадиях эмпирической поддержки — от полного принятия до признания неудачной. Чем чаще результаты эксперимента подтверждают высказанные гипотезы, тем большее доверие вызывает теория как «корректная» в объяснении определенных аспектов поведения человека. Подтверждающие теорию результаты повышают вероятность того, что она точна в своем объяснении сути явлений. Если же исследования, проводимые в попытках подтвердить предсказания, вытекающие из теории, постоянно терпят неудачу, мы скорее всего подвергнем сомнению и признаем некорректными и гипотезы, и саму теорию, из которой они были выведены. Не подтверждающие теорию результаты уменьшают вероятность того, что теория является экспериментально корректной в объяснении феноменов, входящих в сферу ее рассмотрения.

Значение исследования личности: общие положения

В этой главе мы проанализируем научный подход к изучению личности и затем остановимся подробнее на стратегиях исследования, наиболее часто используемых персонологами. Мы увидим, что эти исследования позволяют нам изучать связи между феноменами и устанавливать значимые закономерности в отношении личности. Исследование личности, будь то наблюдение или проведение эксперимента, представляет собой средство сбора информации или фактов, которые могут пролить свет на сложные вопросы, касающиеся поведения. В конце концов большинство персонологов надеются, что полученные ими данные будут иметь некоторое значение для установления валидности и полезности их теорий. Отношения между исследованием и теорией выглядят как процесс непрерывного взаимодействия — по крайней мере, так должно быть. Теория выступает в роли катализатора и одновременно руководства для размышлений, предшествующих эмпирическому исследованию. Она помогает свести тщательно отобранные результаты исследований в общую согласованную систему, каждый элемент которой составляет неотъемлемую ее часть. Но прежде всего должно быть нечто, что надо сводить воедино — это нечто и обеспечивает исследование.

Краеугольный камень научного метода — обязательность *эмпирической проверки* идей. Это означает, что мы в результате тщательного наблюдения или экспериментов устанавливаем точные факты или соотношения между переменными. Сами процедуры, используемые для изучения переменных, должны проводиться систематически и быть надежными, чтобы другие исследователи могли их проверить. Этот аспект научной самокоррекции является главной силой исследовательской практики, поскольку позволяет постепенно избавляться от ошибочных сведений, а следовательно, повышать надежность и точность эмпирически полученной информации. Это не значит, что эмпирические, или научные методы имеют исключительное право на установление истины. Есть много различных методов исследования, которые могут быть использованы при изучении вопросов крайней

важности, и они иногда дают противоречивые результаты. Также не существует единственного метода, который идеально подходил бы для всех целей и ситуаций. В этом отношении эмпиризм, пожалуй, наиболее уравновешен: благодаря тщательному и кропотливому сбору и анализу данных он лучше оснащен для успешного решения изучаемых вопросов, чем дискуссии, умозрительные рассуждения или старый добрый здравый смысл.

Почему так важно подвергать теории о поведении человека эмпирической проверке, вместо того, чтобы положиться на случайные наблюдения, аргументы или интуитивные догадки? Эмпирический подход имеет два преимущества. Первое и, возможно, наибольшее его достоинство — это нетерпимость к ошибке. Ученые, занимающиеся психологией личности, воспитали в себе не только значительный научный скептицизм, но также и навык подвергать тщательной проверке собственные результаты и результаты коллег. Прежде чем они сочтут достоверными какие-то объективные данные, потребуется подтверждение этих данных в других исследованиях. Когда в двух исследованиях получаются несопоставимые друг с другом результаты и выводы, персонологи пытаются выяснить, почему это произошло, и обычно проводят с этой целью дополнительные исследования. Все это и отличает «науку о людях» от случайных наблюдений или простого высказывания того или иного мнения.

Второе достоинство эмпирического подхода — это ясность и четкость представлений о том, как следует описывать людей и их поведенческие реакции. Представления о поведении людей с позиции здравого смысла обычно расплывчаты и неопределенны. Обратимся для примера к поговорке «Побережешь розги — избалуешь ребенка». Что конкретно означает эта рекомендация по воспитанию ребенка? Как сильно можно его наказывать, если все-таки не беречь розог? Что входит в понятие «избалованный ребенок»? Основная проблема заключается в том, что утверждения, подобные этому, предполагают различную интерпретацию разными людьми. Когда люди не соглашаются с приведенным утверждением, причина может состоять в том, что они вкладывают в него разный смысл. Более того, при формулировке такого рода сентенций уделяется так мало внимания поискам доказательств и обнаружению предубеждений, что многие широко распространенные трюизмы, касающиеся поведения, по сути дела оказываются просто мифами. В противоположность этому эмпирический подход требует использовать строгий научный язык при описании интересующих нас событий или феноменов. Исследователи личности, как и другие ученые, достигают этой цели путем формулирования рабочих определений для каждой из изучаемых переменных или теоретических конструкций. *Рабочее определение* содержит описание точных методов, использовавшихся для создания или измерения исследуемых переменных. Например, психолог может дать рабочее определение «депрессии» в виде индекса, полученного в результате применения «Опросника депрессии Бека» [Beck, 1982], представляющего собой стандартную шкалу самооценки. Он может также дать рабочее определение переменной «агрессия» путем регистрации количества вербальных и поведенческих спонтанных ее проявлений у субъекта в данный промежуток времени. Многие другие примеры, иллюстрирующие как исследователи личности прибегают к созданию рабочих определений в целях оценки теоретических предположений, будут приведены в следующих главах при обсуждении конкретных исследований.

Различают три основных типа стратегий исследования, используемых психологами для изучения людей: изучение клинических случаев, корреляционный

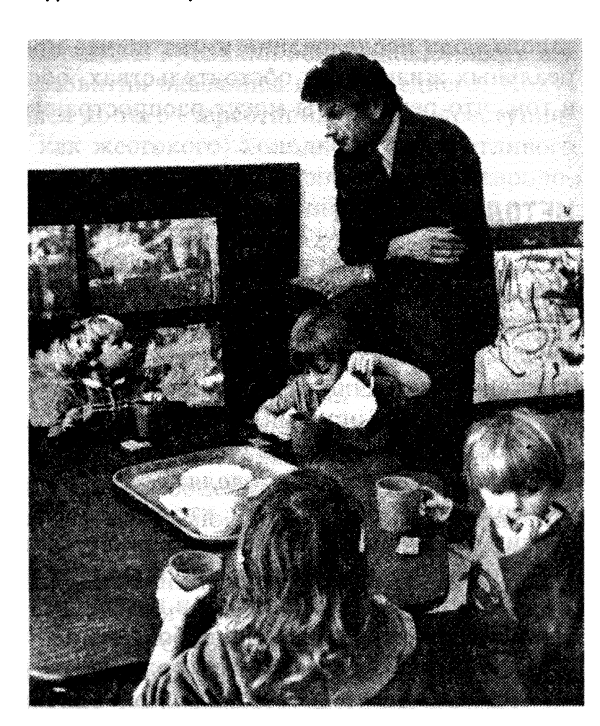
анализ и формальные эксперименты. Отличаясь друг от друга в отношении специфических методов, все эти стратегии предполагают тщательное наблюдение за тем, что делает или говорит испытуемый. Наблюдение является фундаментальной определяющей характеристикой эмпирического исследования в любой дисциплине, включая персонологию. Поэтому, до того как мы обратимся к конкретным исследованиям, рассмотрим смысл и значение наблюдения в организации исследования.

Наблюдение: отправная точка

Любое исследование, будь то изучение истории болезни, установление корреляционной зависимости или лабораторный эксперимент, включает наблюдение. Наблюдение — то, без чего нет любого подхода к изучению личности. В некоторых случаях возникновение идеи исследования начинается с несистематизированного наблюдения. Например, мы можем случайно обратить внимание как две одноклассницы по разным причинам упрекают учителя за низкую оценку их контрольной работы. Мы можем также заметить, что у каждой из них низкая самооценка и они реагируют на свои неудачные ответы подавленным состоянием. Можем ли мы считать, что недостаточно высокая самооценка связана или даже является причиной тенденции обвинять других в своих неудачах, или что неудача сопровождается подавленностью? Личные наблюдения часто прокладывают путь к более тонкому изучению поведения людей.

Другой путь получения знаний о поведении — наблюдение и регистрация его естественных проявлений в реальных жизненных условиях, но более методичные и строгие, чем при несистематизированном наблюдении. Это так называемое *естественное наблюдение*. Модели игр и дружеских отношений у детей, антисоциальное поведение подростков, пищевые привычки у людей тучных и имеющих нормальный вес, стили руководства у преуспевающих менеджеров в бизнесе, а также многие клинические явления были изучены путем естественного наблюдения. Последнее не объясняет поведения, но является богатым источником информации о том, как ведут себя люди в их привычном окружении.

Каким бы простым и привлекательным ни выглядело естественное наблюдение, у него тоже есть свои ограничения. Основная проблема состоит в том, что наблюдатели часто оказываются простыми свидетелями непредсказуемых событий, которые они не вполне или совсем не могут контролировать. К этому присоединяются и проблемы самого наблюдателя: его предубеждения и определенные ожидания могут влиять на то, каким аспектам наблюдаемых событий он уделяет особое внимание, какие моменты запоминаются ярче. Далее, данный метод подвергают критике за то, что обобщение результатов наблюдения основывается на малом количестве наблюдаемых объектов (людей или ситуаций). И наконец, наблюдатели могут непреднамеренно вмешиваться в происходящие события, которые они наблюдают и регистрируют [Kazdin, 1982]. Предположим, например, что наблюдатель следит за ходом дискуссии в семье с целью изучения стилей разрешения конфликта. В какой степени он должен пользоваться доверием членов семьи, чтобы его присутствие не явилось фактором, незаметно влияющим на выбор способа решения конфликта? Несмотря на эти проблемы, преимущества



Естественное наблюдение дает возможность психологу получать информацию о том, как проявляется поведение в условиях обыденной жизни.
(Ulrike Welsch)

естественного наблюдения очевидны: мы получаем образцы поведения людей в повседневных ситуациях, среди друзей и семьи, а не в искусственной атмосфере лаборатории или во время интервью.

Поскольку естественное наблюдение не обеспечивает исследователям возможность систематического контроля над переменными в ситуации наблюдения, им приходится ждать, пока наступят благоприятные условия. Для того, чтобы справиться с этой проблемой, некоторые исследователи проводят контролируемые полевые наблюдения. В этом исследовательском подходе сочетаются особенности естественного наблюдения и соответствующего экспериментального контроля. Использование подобной стратегии описали Риган и соавт. [Regan et al., 1972]. Исследователями был проведен полевой эксперимент с целью изучения влияния чувства вины на стремление оказывать помощь. Помощник экспериментаторов подходил к женщинам-покупательницам на улице и просил их сфотографировать его для дипломной работы, давая им для этого дорогостоящую камеру, которая заранее была отрегулирована так, чтобы при пользовании ею обнаружилась неисправность. Половине женщин сказали, что они неправильно обошлись с камерой и сломали ее, заставив их тем самым почувствовать себя виноватыми; второй половине сообщили, что камера «уже свое отслужила» и в поломке нет их вины. Вскоре после этого помощница экспериментаторов, проходя мимо участников эксперимента, роняла из своей сумки продукты. Скрытое наблюдение показало следующее: 55% из тех, кто до этого испытал чувство вины, останавливались и помогали поднимать выпавшее содержимое сумки; из тех же, кто не чувствовал себя до этого виноватыми, только 15% предложили свою помощь. Очевидно, что

такого рода исследование имеет явные преимущества при изучении поведения в реальных жизненных обстоятельствах, обеспечивая дополнительную уверенность в том, что результаты могут распространяться и на другие ситуации.

МЕТОД АНАМНЕЗА

Детальное изучение поведения отдельного человека в течение продолжительного периода времени называется *историей болезни*, или *изучением анамнеза*. Этот подход часто используют в клинической медицине с целью диагностики и лечения людей, имеющих психологические проблемы. Метод изучения истории болезни как таковой обычно применяют в работе с психически больными или проблемными пациентами, история жизни которых изучается в процессе психотерапии или при постановке диагноза [Runyan, 1982]. Врачи пытаются разобраться в жизненном опыте больного и в моделях его поведения, используя собственные воспоминания больного, беседы с теми, кто его хорошо знает, автобиографические и биографические документы и любую информацию, которая может быть получена в результате психологического тестирования. Обычно врач ищет ключевые события жизни пациента в прошлом и в настоящем, чтобы выяснить причины его трудностей. В свою очередь, история болезни дает материал, который помогает клиницистам выбирать эффективные стратегии лечения эмоциональных расстройств.

Истории болезни, составляемые врачами при работе с пациентами, сыграли важную роль в создании некоторых теорий личности, а также в развитии клинического мышления в целом. Например, психодинамическая теория Фрейда основана почти исключительно на интенсивном изучении отдельных клинических случаев. Фрейд и его коллеги-психоаналитики в течение многих лет глубоко изучали разнообразные проявления поведения: воспоминания раннего детства, сновидения, фантазии, физические заболевания, отношения любви—ненависти. Фрейд обращался к изучению клинических случаев не только потому, что они способствовали появлению плодотворных идей относительно уникальности человеческой личности; они также служили для подтверждения его основных теоретических положений. Сходным образом и Карл Роджерс при формулировке своего феноменологического подхода к изучению личности во многом опирался на клинические истории пациентов, проходивших психотерапию. Несмотря на то, что истории болезни представляют собой максимально подробные, детализированные описания и анализ только отдельной конкретной личности, их изучение является чрезвычайно полезной исследовательской стратегией. Бывает так, что даже изучение единственного клинического случая проливает свет на понимание определенных закономерностей человеческого поведения. Но обычно единичный случай еще не обеспечивает достаточно прочной основы для описания общих принципов поведения. Тем не менее, если количество случаев окажется достаточным для исследования, ученый может установить степень сходства между ними и вывести определенные общие заключения. Примером может послужить исследование [Lewis et al., 1986] по составлению историй болезни 15 приговоренных к смертной казни мужчин. Их кандидатуры были отобраны для участия в исследовании потому, что в отношении их всех должно было вскоре состояться приведение приговора суда в исполнение. К удивлению исследователей, у всех 15 заключенных в анамнезе имелись тяже-

лые травмы черепа, у 12 были зарегистрированы признаки повреждения мозга и у многих показатели интеллектуального развития оказались ниже среднего. Полученные результаты поколебали имевшийся до того стереотипный образ преступника, приговоренного к смертной казни, как жестокого, холодного и расчетливого убийцы. Полученные факты, пожалуй, наводят на мысль о связи между неврологическими нарушениями и осуждением за ссору со смертельным исходом.

Метод анамнеза можно также использовать для изучения жизни вполне здоровых людей. Группа, которую вел Генри Мюррей [Murray et al.,1938] в Гарвардской психологической клинике, представляла собой довольно редкую, но яркую модель для интенсивного изучения жизни людей в течение существенного периода времени. Гарвардские «персонологи» (так называли себя эти исследователи) сосредоточили свои усилия на глубинных оценках группы мужчин — студентов колледжа. Их целью было изучение основных потребностей, конфликтов, ценностей, установок и моделей социального взаимодействия. Методика исследования включала использование личностных опросников самооценки и проективных тестов. Обследование испытуемых проводилось неоднократно. Кроме того, был осуществлен сбор большого количества биографических данных и автобиографических материалов, использовались короткие экспериментальные процедуры, а также стресс-интервью, во время которых студенты были вынуждены отвечать на смущающие их вопросы или защищать свои наиболее сокровенные ценности. В конце было проведено обследование в малых группах, чтобы наблюдатели могли получить представление о стилях межличностного взаимодействия испытуемых.

Методы, применявшиеся Мюрреем и его коллегами, были направлены на изучение многих аспектов жизни каждого студента; они предоставили возможность изучать каждого испытуемого в целом в естественных для него условиях. Для лучшей оценки мыслей, чувств и действий каждого студента Мюррей организовал группу опытных психологов, которые высказывали свое мнение о каждом студенте на «производственном совещании», или «диагностическом совете». На этих советах разные психологи, изучавшие одного и того же студента, с разных теоретических позиций излагали свои клинические впечатления о нем. В результате дискуссии большинством голосов принималось заключение о том, как лучше всего охарактеризовать его личность.

Собирательный междисциплинарный исследовательский подход гарвардских персонологов оказал влияние на целое поколение исследователей, направив их научный интерес на личность в целом, на значение окружения и необходимость всесторонней оценки. Лонгитюдное изучение троих относительно нормальных индивидуумов, предпринятое Робертом Уайтом [White, 1975], иллюстрирует значение метода изучения клинических случаев как подхода, удовлетворяющего требованиям исследования личности.

Оценка метода анамнеза

Изучение клинических случаев имеет свои преимущества и недостатки, что зависит от изучаемых феноменов и особенностей проведения исследования. Преимущество метода состоит в том, что он позволяет принимать в расчет всю сложность и подчас противоречивость индивидуальных черт личности, заметно отличаясь

в этом плане от других стратегий исследования. Если цель исследования заключается в том, чтобы изучить происходящее с одним или несколькими индивидуумами — то, как они приобретают жизненный опыт, справляются с переживаниями, — тогда имеет смысл выбрать метод изучения клинических случаев. Далее, этот метод представляется единственно возможным для изучения редких, исключительных проявлений какого-либо феномена. Иллюстрацией могут служить описания случаев расщепления личности, основанные на изучении историй болезни [Crabtree, 1985]. В то же время мы не должны забывать о сложностях и ограничениях, сопряженных с изучением отдельного индивидуума. Во-первых, главный недостаток изучения клинических случаев состоит в том, что при этом исследователь никогда не сможет быть полностью уверен в том, что установленные им соотношения носят причинно-следственный характер. А именно, поскольку исследователи не в состоянии контролировать факты, влияние которых на наблюдаемое событие или его результаты вполне возможно, то всегда сохраняется вероятность того, что в действительности имеют место совсем не те причины, которые подразумевают исследователи. Во-вторых, так как при данном подходе изучается только одна личность, возможность делать обобщающие выводы весьма ограничена. Только потому, что конкретный индивидуум ведет себя определенным образом, нельзя ожидать, что все другие будут вести себя так же. В-третьих, данные, полученные в результате изучения клинического случая, могут оказаться ретроспективными или вторичными по своему происхождению[1] и поэтому искаженными из-за давности. Наконец, даже если достоверность фактов может быть подтверждена, в заключении об особенностях обследуемого индивидуума могут отражаться личные пристрастия или предубеждения исследователя. Несмотря на перечисленные ограничения, изучение клинических случаев может служить богатым источником информации об отдельных патологических феноменах. По крайней мере, разумно рассматривать этот метод в качестве предварительной стратегии исследования, дающей возможность выдвигать интересные гипотезы о личности человека. Впоследствии психологи могут проверять эти гипотезы при помощи более строгих экспериментальных процедур.

КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ МЕТОД

Чтобы преодолеть ограничения метода клинических случаев, исследователи личности часто используют альтернативную стратегию, известную как *корреляционный метод*. Этот метод стремится установить взаимосвязи между событиями (переменными) и внутри них. Переменная — любая величина, которая может быть измерена и чье количественное выражение может варьировать в переделах того или иного континуума. Например, тревожность — переменная, потому что ее можно измерить (с помощью шкалы самооценки тревоги) и потому что люди различаются по степени выраженности у них тревожности. Сходным образом точность выполнения задания, требующего определенного навыка, тоже является переменной, которую можно измерить. Корреляционное исследование можно

[1] То есть пациент может знать о каком-то событии своей биографии только со слов родственников. (*Прим. перев.*)

провести, просто измерив уровень тревожности у некоторого числа людей, а также уровень точности действий каждого из них при выполнении группой сложного задания. Если опубликованные результаты подтвердятся в другом исследовании, то можно будет считать, что субъекты с более низкими показателями тревожности имеют более высокие показатели точности выполнения задания. Поскольку на точность выполнения задания, вероятно, влияют и другие факторы (например, прежний опыт его выполнения, мотивация, интеллект), связь между точностью действий и тревожностью не будет безупречной, но она будет заслуживать внимания.

Переменными в корреляционном исследовании могут быть данные тестирования, демографические характеристики (такие как возраст, порядок рождения и социально-экономический статус), результаты измерения черт характера по методу самооценки, мотивы, ценности и установки, физиологические реакции (такие как частота сердечных сокращений, артериальное давление и кожно-гальваническая реакция), а также стили поведения. При использовании корреляционного метода психологи хотят получить ответы на такие специфические вопросы, как: влияет ли высшее образование на профессиональный успех в будущем? имеет ли отношение стресс к коронарной болезни сердца? есть ли взаимосвязь между самооценкой и одиночеством? есть ли связь между порядковым номером рождения и мотивацией достижения? Корреляционный метод не только позволяет ответить «да» или «нет» на эти вопросы, но также дать количественную оценку соответствия значений одной переменной значениям другой переменной. Для решения этой задачи психологи вычисляют статистический индекс, называемый *коэффициентом корреляции* (известен также как коэффициент линейной корреляции по Пирсону). Коэффициент корреляции (обозначается маленькой буквой *r*) показывает нам две вещи: 1) степень зависимости двух переменных и 2) направление этой зависимости (прямая или обратная зависимость).

Численное значение коэффициента корреляции варьирует от −1 (полностью отрицательная, или обратная зависимость) через 0 (отсутствие связи) до +1 (полностью положительная, или прямая зависимость). Коэффициент, близкий по значению к нулю, означает, что две измеряемые переменные не связаны сколько-нибудь заметным образом. То есть большие или малые значения переменной *X* не имеют значимой связи с большими или малыми значениями переменной *У*. В качестве примера приведем связь между двумя переменными: массой тела и интеллектом. В целом, полные люди не являются значимо более интеллектуальными или значимо менее интеллектуальными, чем более худощавые люди. И, наоборот, коэффициент корреляции +1 или −1 говорит о полном, однозначном соответствии между двумя переменными. Корреляции, близкие к полным, почти никогда не встречаются в исследовании личности, и это заставляет предположить, что хотя многие психологические переменные и связаны друг с другом, степень связи между ними не является столь уж сильной. Значение коэффициента корреляции в пределах между ±0,30 и ±0,60 является общераспространенным в исследовании личности и представляет практическую и теоретическую ценность для научного прогнозирования. К значениям коэффициента корреляции между 0 и ±0,30 следует относиться с осторожностью — их ценность для научных предсказаний минимальна. На рис. 2–2 представлены графики распределения значений двух переменных при двух различных значениях коэффициента корреляции. По горизонтали

3 Зак 1212

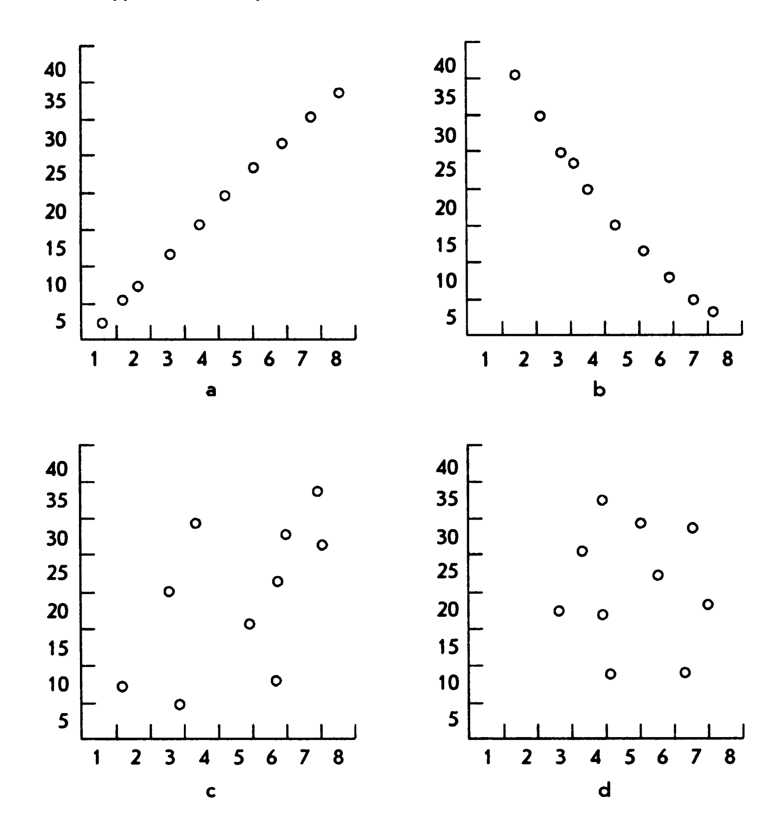


Рис. 2–2. *Каждая из диаграмм иллюстрирует различную степень зависимости значений двух переменных. Каждая точка на диаграмме представляет собой показатели испытуемого по двум переменным: a — полная положительная корреляция (r = +1); b — полная отрицательная корреляция (r = –1); c — умеренная положительная корреляция (r = +0,71); d — корреляция отсутствует (r = 0).*

расположены значения одной переменной, а по вертикали — другой. Каждая точка означает баллы, полученные одним испытуемым по двум переменным.

Положительная корреляция означает, что большие значения одной переменной имеют тенденцию быть связанными с большими значениями другой переменной или малые значения одной переменной — с малыми значениями другой переменной. Другими словами, две переменные увеличиваются или уменьшаются вместе. Например, существует положительная корреляция между ростом и массой тела людей. В целом, у более высоких людей есть тенденция иметь большую массу тела, чем у более низких. Другой пример положительной корреляции — связь между количеством сцен насилия, которые видят дети в телевизионных передачах и их тенденцией вести себя агрессивно. В среднем, чем чаще дети наблюдают насилие по телевизору, тем чаще они демонстрируют агрессивное поведение. *Отрицательная корреляция* означает, что высокие значения одной переменной связаны с низкими значениями другой переменной и наоборот.

Примером отрицательной корреляции может служить связь между частотой отсутствия студентов в аудитории и успешностью сдачи ими экзаменов. В целом, студенты, имевшие большее количество пропущенных занятий, проявляют тенденцию к получению более низких оценок на экзаменах. Студенты, имевшие меньшее количество пропусков, получали более высокие экзаменационные баллы. Другой пример — отрицательная корреляция между робостью и напористым поведением. Лица, получившие высокие баллы по показателю робости, имели склонность к нерешительному поведению, в то время как лица с низкими показателями робости проявляли себя решительными и напористыми. Чем ближе значение коэффициента корреляции к +1 или к −1, тем сильнее связь между двумя изучаемыми переменными. Так, коэффициент корреляции +0,80 отражает наличие более сильной зависимости между двумя переменными, чем коэффициент корреляции +0,30. Сходным образом, коэффициент корреляции −0,65 отражает более сильную взаимосвязь переменных, чем коэффициент корреляции − 0,25. Надо иметь в виду, что величина корреляции зависит только от числового значения коэффициента, в то время как знак + или −, стоящий перед коэффициентом, просто обозначает положительная это корреляция или отрицательная. Так, значение $r = +0{,}70$ отражает наличие такой же сильной зависимости, как и значение $r = -0{,}70$. Но первый пример указывает на положительную зависимость, а второй — на отрицательную. Далее, коэффициент корреляции −0,55 указывает на более сильную зависимость, чем коэффициент корреляции +0,35. Понимание этих аспектов корреляционной статистики поможет вам оценивать результаты исследований такого рода.

Оценка корреляционного метода

Корреляционный метод обладает некоторыми уникальными преимуществами. Наиболее важным является то, что он позволяет исследователям изучать большой набор переменных, которые недоступны проверке с помощью экспериментальных исследований. Например, когда речь идет об установлении связи между сексуальным насилием, перенесенным в детстве, и эмоциональными проблемами в более поздние годы жизни, корреляционный анализ может стать единственным этически приемлемым способом исследования. Аналогично, чтобы изучить, как демократический и авторитарный стили родительского воспитания соотносятся с ценностными ориентациями человека, стоит выбрать этот метод, поскольку этические соображения не дают возможности экспериментально контролировать стиль родительского воспитания.

Второе преимущество корреляционного метода состоит в том, что он дает возможность изучать многие аспекты личности в естественных условиях реальной жизни. Например, если мы хотим оценить влияние развода родителей на адаптацию и поведение детей в школе, мы должны систематически отслеживать социальные и академические успехи детей из распавшихся семей в течение определенного периода времени. Проведение подобного естественного наблюдения потребует времени и усилий, но позволит дать вполне реалистичную оценку сложного поведения. По этой причине корреляционный метод является предпочтительной исследовательской стратегией для персонологов, заинтересованных в изучении

индивидуальных различий и феноменов, поддающихся экспериментальному контролю. Третье преимущество корреляционного метода заключается в том, что иногда с его помощью становится возможным предсказать некое событие, зная другое. Например, в исследовании получена умеренно высокая положительная корреляция между оценками по SAT[1] у старшеклассников и их же оценками, полученными позднее в колледже [Hargadon, 1981]. Поэтому, зная баллы студентов по SAT, приемная комиссия в колледже может достаточно точно предсказать их последующую успеваемость. Подобные предсказания никогда не бывают совершенными, но часто оказываются полезными для решения вопроса о приеме в учебное заведение. Тем не менее, все исследователи личности признают два серьезных недостатка этой стратегии. Во-первых, применение корреляционного метода не позволяет исследователям выделять причинно-следственные отношения. Суть проблемы состоит в том, что *корреляционное исследование не может дать окончательное заключение о том, что две переменные причинно связаны*. Например, во многих корреляционных исследованиях подтверждается связь между просмотром телевизионных программ с эпизодами насилия и агрессивным поведением у части детей и взрослых зрителей [Freedman, 1988; Huston, Wright, 1982]. Какой вывод можно сделать из этих работ? Одно из возможных заключений таково: просмотр в течение длительного времени сцен насилия по телевидению ведет к возрастанию у зрителя агрессивных побуждений. Но возможен и противоположный вывод: агрессивные по складу своего характера субъекты или те, кто совершали агрессивные действия, предпочитают смотреть телевизионные программы со сценами насилия. К сожалению, корреляционный метод не позволяет установить, какое из этих двух объяснений верно. В то же время, корреляционные исследования, в которых устанавливается сильная корреляционная зависимость между значениями двух переменных, поднимает вопрос о возможности наличия причинно обусловленной связи между этими переменными. Что касается, например, связи между просмотром сцен насилия по телевидению и агрессией, то экспериментальное исследование, проведенное вслед за полученными результатами корреляционного анализа, привело ученых к заключению, что экспозиция программ, содержащих сцены насилия, может быть причиной агрессивного поведения [Eron, 1987].

Второй недостаток корреляционного метода — возможная путаница, вызванная действием третьей переменной. Для иллюстрации рассмотрим зависимость между употреблением наркотиков подростками и их родителями. Означает ли наличие корреляционной зависимости, что подростки, видя, как родители принимают наркотики, сами начинают употреблять их в еще большем количестве? Или это значит, что беспокойство при виде того, как их дети-подростки принимают наркотики, заставляет самих родителей прибегать к наркотикам, чтобы тем самым уменьшить свою тревогу? Или какой-то третий фактор сходным образом толкает подростков и взрослых к употреблению наркотиков? Может быть, подростки и их родители принимают наркотики, чтобы смириться с угнетающей нищетой, в которой они живут? То есть истинной причиной, обусловливающей наркоманию, может быть социально-экономический статус семей (например, бедность). Вероят-

[1] Scholastic Attitude Test — программа для оценки способностей к обучению. См. *Анастази А.* Психологическое тестирование / Под ред. К. М. Гуревича, В. И. Лубовского. М., 1982. — Кн. 2. — С. 48. (*Прим. науч. ред.*)

ность того, что третья переменная, которая не измеряется и о которой, может быть, даже и не подозревают, в действительности оказывает причинное влияние на обе измеряемые переменные, нельзя исключать при интерпретации результатов, полученных с помощью корреляционного метода.

Хотя корреляционный метод не предполагает установления причинно-следственной связи, из этого не следует, что причинно-следственные отношения в определенных случаях не могут быть четко установлены. Последнее особенно верно в отношении лонгитюдных корреляционных исследований — где, например, интересующие нас переменные, измеренные в одно время, коррелируют с другими переменными, о которых известно, что они появляются вслед за первыми. Рассмотрим, например, хорошо известную положительную корреляцию между курением сигарет и раком легких. Несмотря на возможность того, что какая-то третья неизвестная переменная (например, генетическая предрасположенность) может служить причиной и курения, и рака легких, мало кто сомневается, что весьма вероятная причина рака — курение, так как по времени курение предшествует заболеванию раком легких. Подобная стратегия (измерение двух переменных, разделенное определенным промежутком времени) дает возможность исследователям устанавливать причинно-следственные отношения в случаях, когда невозможно провести эксперимент. Например, на основе клинических наблюдений исследователи в течение долгого времени подозревали, что хронический стресс способствует развитию многих физиологических и психологических проблем. Недавние работы по измерению силы стресса (с использованием шкал самооценки) позволили проверить эти предположения с применением корреляционного метода. В области физиологических расстройств, например, накопленные данные свидетельствуют о следующем: стресс значимо связан с возникновением и развитием сердечно-сосудистых заболеваний, диабета, рака и различных типов инфекционных заболеваний [Elliott, Eisdorfer, 1982; Friedman, Booth-Kelley, 1987; Jemmott, Locke, 1984; Smith, Anderson, 1986; Williams, Deffenbacher, 1983]. Корреляционный анализ также показал, что стресс может способствовать формированию зависимости от наркотиков [Newcomb, Harlow, 1986], сексуальных расстройств [Malatesta, Adams, 1984], а также возникновению многочисленных психических нарушений [Neufeld, Mothersill, 1980]. Тем не менее, критики корреляционного подхода справедливо замечают, что могут существовать и другие факторы, искусственно усиливающие предположительную связь между стрессом и болезнью [Schroeder, Costa, 1984]. Таким образом, одно предостережение остается: хотя иногда при наличии сильной корреляционной зависимости между двумя переменными напрашивается вывод о наличии причинной связи между ними, в действительности установить причинно-следственные отношения можно только экспериментальными методами.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЙ МЕТОД

Единственным способом для исследователя установить причинно-следственные отношения (то есть определить, вызывает ли изменение одной переменной изменение другой переменной) является проведение эксперимента. Именно по этой причине экспериментальный метод можно считать идеальной стратегией для изучения центральных вопросов, касающихся личности.

Ключ к пониманию экспериментального метода и основного различия между ним, методом изучения клинических случаев и корреляционным методом заключается в следующем: первый позволяет исследователю манипулировать одной переменной и в условиях тщательного контроля наблюдать ее влияние на другую интересующую его переменную. Переменная, которой манипулируют, называется *независимой переменной*. Независимая переменная — это некое условие, которое экспериментатор систематически изменяет, чтобы оценить его влияние на другую переменную. Переменная, предположительно меняющаяся в ответ на изменение независимой переменной, называется *зависимой переменной*. Зависимая переменная — это любой аспект поведения субъекта, наблюдаемый или измеряемый как ответ на действие независимой переменной. Таким образом, зависимая переменная является функцией от независимой переменной; она «зависима» от изменений, вызванных влиянием экспериментатора на независимую переменную.

Хотя логика экспериментального метода проста, в действительности процесс постановки эксперимента довольно сложен. Хорошо организованный эксперимент должен принимать в расчет множество факторов, которые могут повлиять на точность и научную значимость результатов. На практике это означает, что все переменные и условия (кроме интересующей независимой переменной), могущие оказать хоть какое-нибудь влияние на то, что мы измеряем, следует устранить или они должны поддерживаться на постоянном уровне в течение всего эксперимента. Существует много способов исключения посторонних переменных, способных оказывать влияние на зависимую переменную. Но наиболее распространенный — поместить объекты случайным образом в разные экспериментальные условия или группы. *Случайное распределение* (часто достигаемое такими средствами, как выбрасывание орла/решки или использование таблицы случайных чисел) гарантирует, что у всех объектов имеются равные шансы быть отнесенными к любому условию или группе в эксперименте. В этом случае исследователь может быть уверен в том, что любые характеристики испытуемого, которые могли бы оказать влияние на эксперимент (возраст, интеллект, этническая принадлежность или порядок рождения), имеют равные шансы при распределении в различных экспериментальных условиях или группах. Рандомизация как определяющая характеристика экспериментального метода основывается на предположении о том, что все субъекты в начале эксперимента одинаковы, за исключением одного параметра: присутствие или отсутствие независимой переменной. Поэтому, если поведение субъекта меняется в ответ на изменение независимой переменной, исследователь может быть уверен, что только она одна, и никакая другая, отвечает за изменения в поведении. После того, как исследователь изменил независимую переменную, любой аспект наблюдаемого или измеряемого поведения субъекта не может быть следствием действия какой-либо другой переменной, поскольку никакая другая не допускается в течение всего эксперимента.

Эксперимент в своей самой простой форме требует, чтобы проводилось сравнение по крайней мере между двумя группами испытуемых. Те испытуемые, которые подвергаются некоторым специальным воздействиям (манипуляции, предпринимаемые экспериментатором), называются *экспериментальной группой*. Другие испытуемые, которые не получают специального воздействия, образуют *контрольную группу*. Затем производится сравнение субъектов из обеих групп с целью проверки, оказало ли экспериментальное воздействие какое-либо влияние на выбранную

Таблица 2–1. **Схема эксперимента с двумя группами**

Группы	Независимая переменная	Зависимая переменная
Экспериментальная	Присутствует	Измеряется
Контрольная	Отсутствует	Измеряется

зависимую переменную. В табл. 2–1 дано описание схемы эксперимента с одной независимой переменной и одной зависимой переменной. Контрольная группа служит отправной точкой для оценки результатов специального воздействия на экспериментальную группу. Решающее значение здесь имеет то, что единственное различие между двумя группами заключается в действии одного фактора, и этот фактор выступает в качестве независимой переменной. В этом требовании содержится основная логика экспериментального метода. Если две группы идентичны во всех отношениях, за исключением присутствия или отсутствия независимой переменной, то любое различие между группами по зависимой переменной должно быть обусловлено изменением независимой переменной. Иначе говоря, если между двумя группами нет никаких других различий, кроме тех, которые вызваны манипуляцией над независимой переменной, резонно заключить, что введение независимой переменной является причиной изменения зависимой переменной.

Определив некоторые из основных особенностей и элементов экспериментального подхода, рассмотрим метод в действии, используя процедуру и данные одного из наиболее остроумных экспериментов в истории социальной психологии личности. Психолог Стенли Шахтер заинтересовался поговоркой «На миру и смерть красна» (Does misery love company?) [Schachter, 1959]. Обзор соответствующей эмпирической литературы привел Шахтера к заключению, что люди, опасающиеся чего-нибудь неожиданного, что может произойти с ними в неизвестной ситуации, предпочитают, чтобы рядом с ними находился другой, пусть даже совершенно чужой человек, чем быть в одиночестве. Если быть более точными, то Шахтер предположил следующее: возрастание тревоги может вызвать нарастающее предпочтение быть рядом с другими — то, что психологи называют «потребностью в аффилиации» (то есть в присоединении к группе). Для проверки этой гипотезы Шахтер пригласил студенток-старшекурсниц. Когда испытуемые пришли на обследование, их приветствовал экспериментатор в белом лабораторном халате, в окружении разнообразного электрического оборудования. Он назвался доктором Зильштейном из отделения неврологии и психиатрии и объяснил, что цель исследования — изучение влияния удара электрического тока на частоту сердечных сокращений и артериальное давление. Затем каждой участнице эксперимента сообщили (индивидуально), что они подвергнутся серии ударов электрическим током и в это время будут производиться замеры пульса и давления. Для манипулирования уровнем тревоги у испытуемых (независимая переменная) Шахтер использовал два разных описания действия электрического разряда.

Для создания «высокотревожной» ситуации половина испытуемых получила предупреждение, сказанное зловещим тоном: «Буду с вами совершенно откровенен и расскажу правду о том, что вас ждет. Разряды тока будут очень сильными, очень болезненными. Как вы сами понимаете, в исследованиях такого рода мы

должны изучать все, что действительно может помочь человеку, и поэтому просто необходимо, чтобы удары тока были интенсивными». Другой половине испытуемых Шахтер говорил, что удары тока будут весьма умеренными и безболезненными. Например, давалось такое объяснение: «Пусть слово „удар“ вас не беспокоит. Не сомневаюсь, что эксперимент доставит вам удовольствие. Уверяю вас, все, что вы почувствуете, ни в коей мере не будет болезненным. Это будет похоже скорее на щекотку или пощипывание, чем на что-то неприятное». На самом деле в исследовании Шахтера никакие удары тока не были запланированы. Инструкция служила цели моделирования у испытуемых различных уровней тревожности.

После того как у испытуемых при помощи инструкции было вызвано состояние тревоги, высокой и низкой соответственно, экспериментатор говорил им, что придется подождать десять минут, пока он не отрегулирует аппаратуру. Далее он объяснил, что можно подождать в компании вместе со всеми в соседней комнате, а можно и в одиночестве — кто как захочет. После этого каждую студентку спрашивали, может ли она сказать, как предпочитает провести эти десять минут или у нее нет никаких особых предпочтений. То или иное заявление (побыть в одиночестве, остаться вместе с другими) являлось зависимой переменной, которая и интересовала Шахтера.

Результаты эксперимента Шахтера приведены в табл. 2–2. Как и предполагалось, испытуемые с высоким уровнем тревоги продемонстрировали гораздо более сильное предпочтение побыть с другими, чем испытуемые с низким уровнем тревоги. Процент тех, кто предпочел ждать вместе с другими, был в случае высокотревожной ситуации почти в два раза выше, чем в случае низкотревожной. Это

Таблица 2–2. **Влияние тревоги на потребность в аффилиации**

Условие	Предпочтительный вариант ожидания		
	Вместе	В одиночестве	Все равно
Высокая тревожность	62,5% (N=20)	9,4% (N=3)	28,1% (N=9)
Низкая тревожность	33,0% (N=10)	7,0% (N=2)	60,0% (N=18)

Источник: адаптированные данные из Schachter, 1959.

Таблица 2–3. **Предпочтение быть с теми, кто оказался или не оказался в той же тревожной ситуации**

Условие	Предпочтительный вариант ожидания		
	Вместе	В одиночестве	Все равно
Могли ждать с другими участницами этого эксперимента	60% (N=6)	0% (N=0)	40% (N=4)
Могли ждать с теми, кто не принимает участия в эксперименте	0% (N=0)	0% (N=0)	100% (N=10)

Источник: адаптированные данные из Schachter, 1959.

означало, что изменение уровня тревожности оказало решающее влияние на поведение присоединения.

В дальнейшем Шахтер провел другой эксперимент для проверки гипотезы о том, что люди, испытывая тревогу, объединяются только с теми, кто испытывает те же чувства [Shachter, 1959]. Двум группам женщин давалась та же инструкция, что и «высокотревожной» группе в предыдущем эксперименте. Испытуемым из одной группы было дано право выбора: ожидать поодиночке или вместе с другими женщинами, участвующими в эксперименте. Испытуемые из другой группы имели возможность в ожидании начала эксперимента или побыть в одиночестве, или в компании студенток, ожидавших начала консультации. Как видно из табл. 2–3, результаты ясно указывают на то, что женщины, находившиеся в состоянии тревоги, предпочитали ожидать только с участницами данного эксперимента.

Шахтер обобщил полученные результаты, сделав вывод о том, что «в несчастье нужен не просто товарищ, а именно страдающий товарищ». Дальнейшие исследования подтвердили это открытие: люди, находящиеся в тревожной ситуации, предпочитают присоединяться к таким же, как они сами [Rofe, 1984; Suls, Miller, 1977].

Оценка экспериментального метода

Не подлежит сомнению, что экспериментальный метод является мощной эмпирической стратегией. В отличие от других рассмотренных подходов, экспериментальный метод позволяет исследователям не только контролировать и предсказывать определенные феномены, но и давать им объяснение. Вот, в сущности, и все, что можно сказать об экспериментальном методе. Где бы он ни применялся, этот метод дает возможность получать информацию, которую не добыть с помощью других методов. И, тем не менее, экспериментальный метод имеет свои ограничения, по крайней мере в области психологии личности. Во-первых, некоторые проблемы изучать экспериментальным путем просто неэтично, хотя это было бы очень просто осуществить. Например, психологи не могут преднамеренно моделировать условия, представляющие потенциальный риск для испытуемых, угрожающие или чреватые возможностью получения каких-либо повреждений. Представьте себе исследователя, заинтересованного в изучении влияния хронического одиночества на самооценку и развитие депрессии у детей. Несомненно, это эмпирически важный вопрос, но очевидные этические соображения мешают собрать сотню десятилетних детей, в случайном порядке отобрать из них пятьдесят и поместить их в такие экспериментальные условия, в которых они не имели бы возможности близко общаться с окружающими.

Другой этический вопрос связан с обманом и хитростью — часто бывает так, что испытуемого или вводят в заблуждение относительно истинной цели эксперимента, или информируют не полностью. Вспомните исследование тревоги у Шахтера и представьте себе, как бы вы себя чувствовали, если бы принимали в нем участие и оказались в «высокотревожной» группе. Импозантный мужчина в белом халате сообщает вам, что после короткой отсрочки вы получите серию болезненных ударов электрическим током. Потом вы заполняете анкету, где сообщаете о своем предпочтении присоединиться или не присоединиться к другим, а затем возвращаете ее исследователю, который, в свою очередь, тут же говорит вам, что

оказывается вас не будут бить током — это была всего лишь шутка. Нет сомнения в том, что вы почувствуете себя в глупом положении, даже если все это делается ради науки. Вы можете даже задаться вопросом: действительно ли соображения науки оправдывают обман? Те, кто оправдывают практику введения испытуемого в заблуждение в научном исследовании, напоминают о том, что многие аспекты поведения человека просто невозможно было бы изучать экспериментально, если бы исследователям запрещалось утаивать истинные цели исследования от испытуемых [Aronson et al., 1985; Christensen, 1988]. С другой стороны, некоторые психологи [Baumrind, 1985] считают, что подобная практика утаивания подрывает доверие людей к психологическому исследованию, и это может иметь отдаленное негативное влияние на испытуемых, даже если подлинный смысл исследования открывается им сразу после его проведения.

Мало кто верит сейчас в существование простых правил, способных обеспечить баланс между законными потребностями науки и полным комфортом испытуемых. Однако Американская психологическая ассоциация [American Psychological Association, 1981] выдвинула ряд этических принципов, которым должны следовать экспериментаторы при работе с людьми. Требования включают следующие четыре пункта:

1. Испытуемые должны быть заранее проинформированы о тех аспектах исследования, от которых предположительно может зависеть их желание участвовать в эксперименте. Также им разрешается отказываться от участия в любой момент, как только они этого захотят. Индивидуум участвует в эксперименте добровольно и в соответствии с *принципом осведомленного согласия*.
2. Испытуемые не должны участвовать в пагубных или опасных для их здоровья исследовательских процедурах. Если риск все-таки существует, исследователь должен проинформировать их об этом. Однако процедуры, содержащие невысокий риск умеренного психологического дискомфорта, допустимы при условии, что испытуемый полностью о них осведомлен и дает свое добровольное согласие.
3. Методологические требования к исследованию могут неизбежно включать использование ложного объяснения в задании, не связанном с риском для здоровья испытуемого. В этом случае на исследователе лежит особая ответственность за разъяснение любого недопонимания со стороны испытуемого, как только это станет возможным. Обман (скрытая инструкция) должен быть раскрыт в первой же встрече после завершения исследования.
4. Информация об испытуемом в течение всего исследования должна рассматриваться как абсолютно конфиденциальная; она не сообщается никому без согласия самого испытуемого. Право испытуемого на конфиденциальность не должно быть объектом посягательства или компромисса.

Второе существенное ограничение экспериментальной стратегии исследования персонологи усматривают в том, что эксперимент слишком часто является искусственным, и его результаты не могут быть экстраполированы на другие условия и ситуации [Carlson, 1984]. Они подвергают критике то обстоятельство, что, поскольку эксперименты проводятся в лабораторных условиях, описание поведения испытуемых не дает представления о том, как они ведут себя спонтанно, в реаль-

ных жизненных обстоятельствах. К тому же лабораторное исследование обычно ограничено изучением довольно кратковременных феноменов, и поэтому велика вероятность того, что какие-то важные процессы останутся вне поля зрения ученых. Например, результаты исследования, в котором студенты колледжа в течение 30 минут работали в маленьких, тесных помещениях, могут и не иметь большого сходства с долговременным влиянием на поведение условий жизни в перенаселенных городах. Поэтому для многих персонологов единственный путь к действительному пониманию личности состоит в изучении поведения людей в таком виде, как оно проявляется в естественном для них социальном контексте.

Наконец, при всех своих возможностях контроля экспериментальное исследование может допускать определенные непреднамеренные *артефакты*, присущие лабораторным условиям вообще [Rosenthal, Rosnow, 1969]. Например, как только люди узнают, что они находятся в условиях эксперимента, их поведение может измениться не вследствие изменения независимой переменной в соответствии с условиями эксперимента, а по той причине, что они знают о наблюдающем за ними экспериментаторе. Кроме того, едва заметные намеки, которые испытуемый может усмотреть в условиях эксперимента, могут заставить его предположить наличие у экспериментатора определенной гипотезы, и он начнет вести себя так, чтобы своими действиями подтвердить эту гипотезу. Такие намеки получили название *требуемых характеристик* [Orne, 1969]. Существование последних приводит к мысли о том, что психологический эксперимент сам по себе является формой социального взаимодействия, при котором субъекты пытаются угадывать цель и смысл проводимого над ними исследования; при этом они начинают соответственно себя вести, пытаясь удовлетворить или, наоборот, разочаровать психолога. Это обстоятельство с очевидностью снижает достоверность экспериментального метода, так как на наблюдаемое поведение индивидуума могут влиять факторы, не входящие в замысел эксперимента. Наконец, пристрастия или предубеждения самого экспериментатора могут стать возможным источником ошибки в исследовании, поскольку он будет ненамеренно влиять на поведение испытуемых [Rosenthal, Rubin, 1978]. Розенталь [Rosenthal, 1966] провел несколько исследований, показавших, что экспериментаторы, не осознавая того, посылают испытуемым положительные невербальные сигналы в тех случаях, когда те действуют в соответствии с ожиданием исследователей. Для того, чтобы избежать подобного влияния, многие работы в настоящее время проводятся с использованием двойного слепого метода. При этой стратегии ни испытуемые, ни экспериментаторы не знают, какая группа в данный момент оценивается — экспериментальная или контрольная.

Критика экспериментального метода не ускользает от внимания его защитников. Те психологи, которые считают эксперимент ведущим исследовательским направлением, объясняют свою позицию тем, что это единственный подход, обеспечивающий проверку гипотез. Более того, отмечают они, определенные феномены, доступные изучению в лабораторных условиях, чрезвычайно трудно исследовать в условиях естественных (например, в эксперименте испытуемому разрешается немедленно разряжать агрессию, в то время как в реальной жизни является общепринятым жесткий контроль над открытыми проявлениями агрессии). Сторонники лабораторного эксперимента высказывают, кроме того, следующее утверждение: опасение, будто испытуемые пытаются произвольно подкреплять своим

поведением рабочую гипотезу, находит мало эмпирических подтверждений; скорее испытуемые в подобных случаях проявляют негативизм, чем желание «сотрудничать» с экспериментатором [Berkowitz, Donnerstein, 1982].

Какая стратегия исследования самая лучшая?

Обсуждение трех основных стратегий исследования, используемых персонологами, показывает, что каждая имеет свои преимущества и недостатки. Плюсы и минусы каждой из них подытожены в табл. 2–4. В то же время представляется очевид-

Таблица 2–4. **Сводная таблица преимуществ и недостатков, связанных с применением трех методов исследования в психологии личности**

Метод исследования	Преимущества	Недостатки
Метод изучения клинических случаев	1. Показывает сложность и уникальность индивидуума 2. Свободен от искусственных и надуманных лабораторных условий	1. Не обеспечивает надежной основы для формулирования общих принципов поведения; рассматриваемые случаи слишком частные 2. Результаты могут отражать интересы и личные склонности исследователя 3. Не позволяет выделять причинно-следственные отношения между переменными
Корреляционный метод	1. Позволяет изучать широкий круг переменных, относящихся к индивидуальным различиям 2. Позволяет изучать переменные в естественных условиях реальной жизни 3. Позволяет определить, может ли имеющаяся информация об одной переменной использоваться для предсказания появления (действия) второй переменной в будущем	1. Не позволяет делать заключение о том, что переменные причинно связаны 2. Возможны недоразумения, вызванные действием «третьей переменной» 3. Надежность и валидность шкал самооценки могут быть сомнительными
Экспериментальный метод	1. Позволяет изолировать отдельные переменные и манипулировать ими по своему усмотрению 2. Устанавливает причинно-следственные связи; позволяет делать выводы о причинности 3. Сбор данных, их запись и анализ объективизированы	1. Круг феноменов, которые можно изучать в лаборатории, ограничен по этическим соображениям 2. Искусственные лабораторные условия могут ограничивать возможность распространить закономерности поведения в экспериментальной ситуации на поведение в иных, не тестовых условиях 3. На изменение изучаемой переменной могут оказывать влияние экспериментальные артефакты (например, представления о социально желательном или нежелательном поведении, требуемые характеристики, пристрастия экспериментатора)

ным, что в поисках надежных и обоснованных знаний о личности человека ни одна стратегия не будет самой лучшей. Попросту говоря, не существует единственного метода исследования, который идеально подходил бы для любых целей и случаев; скорее, разные вопросы требуют разных стратегий [Duke, 1986]. Кроме того, метод, пригодный для решения одного вопроса, может оказаться совершенно неподходящим для другого.

Отбор и адаптация метода для решения той или иной теоретической задачи требует большого искусства, изобретательности и творчества. Однако следует признать, что у персонологов имеются определенные предпочтения относительно того, как исследовать интересующие их феномены. Эти предпочтения обусловлены в значительной степени тем, что различные теоретические направления обычно фокусируются на феноменах, доступных изучению только при использовании определенной стратегии. Так, нет ничего удивительного в том, что явления, находящиеся в центре внимания психодинамического направления (такие как неосознаваемые процессы и переживания раннего детства), по большей части изучались с помощью метода клинических случаев, а не в ходе научного эксперимента. В свою очередь, связь между центральными вопросами теории и предпочтительными методами их изучения предполагает, что выбор исследования в персонологии обусловлен индивидуальным творческим устремлением ученого. Это следует иметь в виду, когда мы в следующих главах будем обсуждать эмпирические доказательства различных теоретических положений. Хотя целью любого исследования личности является установление таких фактов и закономерностей, которые можно осмысливать в более широком теоретическом контексте, возможно, самое большее, чего мы можем достичь — это лишь частичное понимание. И, несмотря на это, даже частичное понимание всей сложности человеческого поведения, приходящее на смену полному незнанию, представляется весьма похвальной целью.

ОЦЕНКА ЛИЧНОСТИ

Общераспространенной темой в изучении личности являются индивидуальные различия в поведении и опыте людей. При исследовании индивидуальных различий — персонологи имеют дело с двумя взаимосвязанными проблемами.

Во-первых, они заинтересованы в описании множества параметров, по которым люди отличаются друг от друга. Это подтверждается огромным количеством теоретических концепций, используемых персонологами для описания индивидуальных различий. Такие термины, как *черта*, *тип*, *мотив*, *ценность*, *темперамент*, *характер*, *убеждение* и *фактор*, представляют собой набор концептуальных единиц измерения, которые использовались в целях описания постоянных аспектов поведения человека. Во-вторых, персонологи заинтересованы в дальнейшем развитии способов измерения индивидуальных различий, то есть в их *оценке*. Значение этого второго вопроса, являющегося также центральным для данного раздела, подтверждается внушительным количеством психологических тестов, которые персонологи применяют для количественной оценки характеристик индивидуума, включая особенности мышления, чувств и мотивации. Количественная интерпретация при этом производится таким образом, чтобы психологи имели возможность представлять результаты своих измерений скорее в числах (обычно на основе тестовых оценок), чем в словах. Например, вместо вопроса «Является

ли Фред робким человеком?» психологи спрашивают: «Насколько Фред робок по сравнению с остальными?» Описание личности, даваемое непрофессионалами в результате неформального наблюдения, своей нечеткостью и расплывчатостью резко контрастирует с оценками, даваемыми психологами. Возьмем, к примеру, характеристику кого-то, как «буйного и безрассудного типа». Что означает это описание? Проблема здесь в том, что разные люди вкладывают в данную характеристику разный смысл. Для кого-то она может означать, что этот человек просто опасен и непредсказуем. В то же время другие посчитают, что он вполне может оказаться душой общества на вечеринке. Поэтому, какими бы конкретными ни выглядели неформальные описания личности, они с трудом согласуются между собой. Для того, чтобы избежать неопределенности нечетких характеристик, личностные психологи пытаются давать точные количественные описания индивидуумов. Формальная оценка личности не только обеспечивает возможность получения значимой и точной информации об индивидуальных различиях, но также дает возможность донести эту информацию до других людей ясно и недвусмысленно.

Концепции тестирования и измерения

Существует множество важных концепций тестирования, и мы будем их приводить в ходе обсуждения оценки персонологами тех или иных характеристик людей. До того, как тот или иной способ тестирования получит право считаться научно приемлемым методом измерения индивидуальных различий, он должен пройти проверку по четырем специальным критериям. Эти критерии — стандартизация, нормы, надежность и валидность.

Стандартизация. Ключевым аспектом измерения личностных характеристик является *стандартизация*. Стандартизация подразумевает единообразие процедур проведения теста и подсчета результатов. Например, в случае применения шкал самооценки экспериментатор должен приложить максимальные усилия и убедиться, что все испытуемые читают и понимают отпечатанные инструкции, все отвечают на одни и те же вопросы, а также укладываются в заданные временные интервалы. Стандартизация также предполагает наличие следующей информации (обычно содержащейся в прилагаемом руководстве): при каких условиях тест можно или нельзя проводить, кто должен или не должен подвергаться тестированию (контрольная группа), процедуры обсчета теста, а также интерпретация полученных результатов.

Нормы. Стандартизация личностного теста включает также информацию о том, является ли данная конкретная «сырая (первичная) оценка» низкой, высокой или средней относительно других «сырых оценок» теста. Такая информация, называемая тестовыми нормами, служит стандартом, с которым сравниваются оценки испытуемых. Обычно сырые тестовые оценки переводятся в процентильные показатели, которые обозначают процентную долю испытуемых из выборки стандартизации, первичная оценка которых ниже или равна первичной оценке данного испытуемого. Например, вы можете использовать шкалу депрессии из тридцати вопросов и получить первичный тестовый результат 18 (то есть ваши ответы в 18 случаях совпали с признаками депрессии, перечисленными на листке с правильными ответами).

Сам по себе показатель 18 ничего не значит до тех пор, пока вы не обратитесь к тестовым нормам и не убедитесь, что ваш результат соответствует 75 процентилям. Эта информация говорит о том, что вы в большей степени подавлены, чем 75 % из выборки ранее обследованных людей, образующих нормативную группу. Таким образом, тестовые нормы позволяют сравнивать оценки отдельных индивидуумов с оценками группы стандартизации, что в результате дает количественную оценку положения испытуемого относительно нормативной группы.

Надежность. Другое требование ко всем методам оценки личности заключается в том, что они должны быть *надежными*. Это означает, что повторное проведение того же самого теста или другой формы этого теста должно давать приемлемо сходные результаты или оценки. Таким образом, надежность имеет отношение к постоянству или стабильности метода оценки, которая обнаруживается при повторном обследовании данной группы людей. Количественно постоянство метода оценки определяется коэффициентом *ретестовой надежности* [Anastasi, 1988]. Коэффициент ретестовой надежности равен обычной корреляции между результатами, полученными на одних и тех же испытуемых в каждом из двух случаев проведения теста. Ретестовая надежность дает нам оценку постоянства теста во времени. Хотя не существует каких-либо фиксированных величин приемлемого уровня надежности, коэффициенты надежности для большинства стандартизованных психологических тестов выше +0,70. Чем ближе величина коэффициента надежности к +1, тем более надежным является тест (то есть оценки испытуемых при повторном тестировании вплотную приближаются к оценкам при первом тестировании). Второй вид надежности определяют путем коррелирования параллельных форм теста. Для этого чаще всего тест делят на две сопоставимые части (например, на четные и нечетные пункты), потом по каждой половине рассчитывают суммарные баллы и между двумя рядами баллов по испытуемым рассчитывают допустимые коэффициенты корреляции. Полученный таким образом коэффициент называют *коэффициентом внутренней согласованности*. Внутренняя согласованность отражает внутреннее постоянство теста. Если обе части теста измеряют одно и то же свойство личности, то испытуемые, получившие высокие оценки по нечетным пунктам, должны также получить высокие оценки и по четным; а те, кто получил низкие оценки по нечетным пунктам, должны получить низкие оценки и по четным пунктам (что снова выразится в высокой положительной корреляции).

Третий тип надежности основывается на корреляции между двумя сопоставимыми вариантами одного и того же теста (состоящими из аналогичных вопросов), проведенного на одной и той же группе испытуемых. Если по этим разным формам теста получены примерно одинаковые оценки, тест обладает *надежностью параллельных форм*. В таком случае положительная корреляция между двумя взаимозаменяемыми формами будет означать, что пункты обоих вариантов теста измеряют одно и то же.

Наконец, надежность также касается того, насколько будут согласны между собой двое или более экспертов при подсчете результатов одного и того же теста. Этот тип надежности называется *надежностью субъективных оценок*. Надежность субъективных оценок должна обязательно учитываться, если тест предполагает субъективные интерпретации, подобные тем, что дают персонологи при оценке результатов проективных тестов. Этот тип надежности имеет особенно низкие значения в отношении любых качественных методов, таких как интервью, анализ

сновидений и других форм свободных ответов, не поддающихся количественной оценке. Однако согласованность возрастает, когда эксперты пользуются руководствами, содержащими четкие правила оценки и инструкции для анализа подобных данных [Yin, 1984].

Валидность. Хотя надежность имеет очень большое значение, она, тем не менее, не является единственным решающим критерием оценки пригодности теста. Возможно, даже более важным является вопрос о том, измеряет ли тест именно то, что он предназначен измерять, а также предсказывает ли он именно то, что предполагалось предсказывать с его помощью. Эта проблема имеет отношение к кардинальному критерию достоинства оценочной техники — *валидности.* Психологи часто различают три типа валидности: 1) содержательная валидность, 2) критериальная валидность и 3) конструктная валидность.

Содержательная валидность. Чтобы считаться валидным, метод оценки должен включать такие пункты, содержание которых соответствует репрезентативной выборке измеряемой области поведения. Предположим, перед нами тест, измеряющий застенчивость. Для того чтобы быть валидным по содержанию, он должен состоять из вопросов, которые действительно раскрывают личностные аспекты застенчивости (например, «Является ли застенчивость основным источником вашего личностного дискомфорта?»), социальные аспекты застенчивости (например, «Смущаетесь ли вы, когда выступаете перед большой аудиторией?») и когнитивные аспекты (например, «Убеждены ли вы в том, что окружающие всегда осуждают вас?»). Валидный по содержанию тест застенчивости должен оценивать каждый из компонентов, входящих в понятие «застенчивость». Содержательная валидность почти всегда определяется путем соглашения экспертов о том, что каждый пункт теста фактически отражает аспекты переменной, или личностного качества, подлежащие измерению.

Критериальная валидность. Оценка личности обычно предпринимается с целью прогнозирования определенных аспектов поведения индивидуума. Предсказание поведения может касаться успешности обучения в аспирантуре, адекватности терапевтической программы, профессиональной успешности и многого другого, за очень небольшими исключениями. То, с какой точностью результаты теста предсказывают интересующий нас аспект поведения индивида в настоящем или будущем, определяется корреляцией оценок субъектов по данному тесту и показателей по некоему критерию, не зависящему от того, что должен предсказать тест. Например, предположим, что критерий — успеваемость в школе права — измеряется по среднему баллу успеваемости, тогда SAT будет считаться валидным, если он будет точно предсказывать средний балл успеваемости.

Различают два подтипа критериальной валидности. Первый получил название *прогностическая валидность.* Прогностическая валидность определяется способностью теста предсказывать поведение в будущем, соответственно критерию. Тест измерения интеллекта прогностически валиден, если он точно предсказывает оценки в школе. Второй подтип имеет название *текущая валидность.* Текущая валидность определяется величиной значимой корреляции результатов данного теста с другими имеющимися критериальными оценками. Например, если оценки пациента по тесту, измеряющему параноидные тенденции, положительно коррелируют с оценками выраженности параноидных тенденций, данны-

ми клиническими психологами, то мы можем говорить о наличии текущей валидности. Конечно, клиницисты в этом случае не должны знать заранее о результатах тестирования. Иначе имеющаяся у них информация может повлиять на оценки, которые они дают — это явление называется *контаминацией критерия*.

Конструктная валидность. Третий тип валидности, один из наиболее важных для оценки личности как целого, называется *конструктная валидность*. Она отражает степень репрезентации исследуемого психологического конструкта в результатах теста [Cronbach, Meehl, 1955]. Абстрактная природа многих психологических конструктов — таких как самоактуализация, эго-идентичность, социальный интерес и вытеснение — усложняет тестирование и придает результатам неопределенность. Попросту говоря, для этих и других абстрактных концепций функционирования личности (или того, что мы иначе называем *гипотетическими конструктами*) не существует твердо установленных критериальных величин. Хотя иногда можно наблюдать примеры вытеснения, само вытеснение недоступно прямому наблюдению, оно не имеет физических проявлений. Далее, гипотетический конструкт, существование которого невозможно доказать на основании какого-либо поведенческого критерия, для психологии личности бесполезен, поскольку она использует для получения знаний эмпирический подход. Именно здесь и встает вопрос о конструктной валидности.

Конструктная валидизация — это процесс сбора доказательств того, что тест измеряет определенный гипотетический конструкт, выведенный из теории. Это сложный и трудоемкий процесс, требующий проведения многих исследований, в ходе которых подвергаются проверке корреляции между тестовыми оценками и теми величинами, которые предположительно связаны с рассматриваемой концепцией. Один путь валидизации заключается в установлении корреляций между тестовыми оценками исследуемого конструкта и показателями другого теста, который предположительно измеряет тот же самый конструкт. Эта процедура на практике известна как *конвергентная валидизация* [Campbell, Fiske, 1959]. Предположим, перед нами новый тест, который, как мы думаем, измеряет конструкт самооценки. Если этот наш новый тест на самом деле измеряет самооценку, он должен положительно коррелировать с другой процедурой измерения самооценки, хорошо зарекомендовавшей себя и валидной. Если несколько разных измерений самооценки согласуются друг с другом и с нашим новым тестом, мы имеем некоторые доказательства конструктной валидности нашего нового теста самооценки.

Другой путь установления конструктной валидности — показать, что вновь разработанная измерительная процедура не коррелирует с показателями, для измерения которых данная процедура не предназначена, явно не связанными с концептуальным определением, данным теоретиком. Этот аспект валидизации известен на практике под рабочим названием *дивергентная валидность* [Campbell, Fiske, 1959]. Например, если наш новый тест самооценки не коррелирует со значениями других тестов, разработанных для измерения концептуально отличных от представленных в нем качеств, мы получаем доказательства дискриминантной валидности (поскольку наша процедура измерения самооценки отличается от тех, что измеряют не самооценку, а нечто другое, так и должно быть). Это важный этап установления конструктной валидности оценочной процедуры.

Перечисление трудностей, сопряженных с демонстрацией конструктной валидности методов оценки, выходит далеко за пределы темы данной книги. Однако,

поскольку мы сейчас рассматриваем различные типы подходов к оценке личности, мы должны помнить, что достоинство любого метода оценки определяется в конце концов его конструктной валидностью. Если данная методика содержит признаки слабой конструктной валидности, то в процессе ее использования мы можем получить результаты, не имеющие ничего общего с проверяемой концепцией.

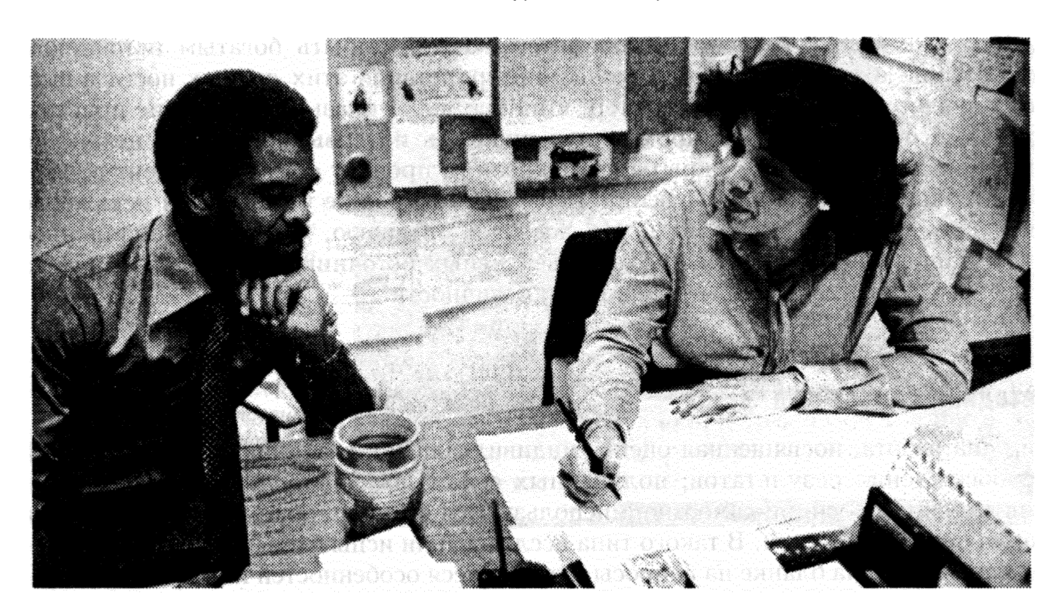
ТИПЫ МЕТОДОВ ОЦЕНКИ

Персонологи в процессе сбора информации о людях используют множество разнообразных методов оценки. К ним относятся опросники, методы чернильных пятен, личные документы, процедуры оценки поведения, характеристики, даваемые сверстниками, рассказы о самих себе. Каждый метод имеет свои преимущества и недостатки в отношении способов получения ответа, подсчета и интерпретации данных, надежности и валидности. В этом разделе мы рассмотрим три направления измерения или оценки личности: интервью, личностные опросники и проективные методы.

Интервью как метод оценки

Интервью — один из наиболее старых и широко распространенных методов получения информации о людях [Aiken, 1984]. В интервью персонолог получает информацию, задавая интервьюируемому определенные вопросы и выслушивая ответы. Интервьюер и респондент ведут диалог лицом к лицу, стремясь достичь определенного результата. Фактически сам способ проведения интервью зависит от конкретной интересующей темы или цели. Например, интервью при приеме на работу имеет целью оценить особенности личности, необходимые в данной деятельности. Интервью как метод научного исследования направлено на сбор информации о личности в рамках определенной темы исследования. Клиническое интервью служит цели диагностики проблем пациента и выбора терапии, наиболее адекватной установленному диагнозу. При всем разнообразии форм интервью их можно разделить на *структурированные* или *неструктурированные*. В интервью первого типа вопросы тщательно сформулированы и умело выстроены в нужном порядке. Схему структурированного интервью иллюстрирует, например, такая последовательность заранее составленных вопросов: «Как давно вы состоите в браке?», «Сколько детей у вас и у вашего супруга?», «Считаете ли вы, что детям нужно разрешать делать все, что они захотят?», «Если бы у вас был ребенок-подросток, разрешили бы вы ему или ей бросить школу и пойти работать на неполный рабочий день?» Как можно заметить, наиболее личные и содержащие потенциальную угрозу вопросы задаются в конце. Смысл стратегии, заключающейся в предъявлении сначала общих и безобидных вопросов, состоит в подготовке почвы для получения более интимной информации, что возможно благодаря чувству доверия к интервьюеру, возникшему у респондента в начале беседы [White, Spiesman, 1982].

В неструктурированном интервью, наоборот, вопросы построены так, чтобы у респондента оставалась определенная свобода в ответах. Интервьюер может заме-



Опытный интервьюер может получить ценную информацию о личности человека, его социальных и семейных отношениях и о планах на будущее.
(Christopher Morrow/Stock, Boston)

тить: «Вы чувствуете, что ваш супруг действительно унижает вас» или: «Это, должно быть, очень тяжелые переживания». Респондент сам выбирает, о чем бы он хотел рассказать в ответ на подобные вопросы. В свою очередь, и интервьюер может в этом случае отказаться от выбранной ранее тактики опроса, если ему кажется, что она не дает полезной информации, и выбрать другое направление беседы. По сравнению со структурированным интервью неструктурированное позволяет персонологу более гибко зондировать мысли и чувства респондента в контексте ответов на задаваемые вопросы.

Сила и слабость метода интервью. Интервью, когда его проводит опытный интервьюер, может давать чрезвычайно полезную информацию о личности индивидуума и его жизненной ситуации. Способность эффективно общаться с другими, восприятие себя и значимых других, уровень тревоги, планы на будущее и удовлетворенность работой — вот только некоторые примеры той информации, которую можно получить из удачно проведенного интервью. Хорошо спланированное интервью может также быть полезным в исследовании, посвященном проверке научной гипотезы. В то же время, когда респонденты свободны в выборе тем для рассказа о своем прошлом и настоящем и имеют возможность переходить от одного вопроса к другому без ограничений, могут возникнуть проблемы надежности и валидности. Действительно, нет достаточных оснований считать, что неструктурированное интервью более надежно или валидно. Структурирование вопросов — один из путей повышения надежности и валидности информации, получаемой в интервью. Вот почему структурированная форма оказывается более предпочтительной для клинических психологов при определении терапевтической стратегии.

Как уже было отмечено, метод интервью может быть богатым источником информации о личности. Тем не менее, интерпретация этих данных носит в высшей степени субъективный характер, и на нее могут оказывать влияние пристрастия самого интервьюера. Кроме того, личность интервьюера может незаметно влиять на то, насколько открытым и искренним проявит себя респондент во время интервью. С последним фактором связано возможное утаивание и искажение жизненно важной информации. Но все-таки интервью, особенно дополненное информацией, полученной из более объективных источников, является одним из основных и необходимых методов оценки личности.

Методики самоотчета

Ни одна работа, посвященная оценке индивидуальных различий, не будет полной без обсуждения результатов, полученных с помощью *опросников самоотчета*. Фактически опросники самоотчета используются более широко, чем любая другая форма оценки личности. В такого типа исследовании испытуемым предлагают отвечать письменно на бланке на вопросы, касающиеся особенностей их характера, ценностей, установок, мотивов, чувств, интересов и способностей. В нашей книге упоминается огромное количество такого рода тестов. Термин «самоотчет» в данном случае используется в значении какой-либо информации, которую субъект прямо сообщает о себе путем ответа на определенные вопросы или путем выбора одного из имеющихся утверждений при условии ограниченного количества вариантов (напри-

---

Я злюсь, когда другие меня критикуют Да Нет Трудно сказать (Обведите кружком свой вариант ответа)

Меня очень волнует, нравлюсь ли я другим

1. Очень похоже на меня
2. Умеренно похоже на меня
3. Кое в чем похоже на меня
4. Не совсем похоже на меня
5. Не похоже на меня
6. Совершенно не похоже на меня

(Обведите кружком наиболее подходящий ответ)

Я стараюсь контролировать свои эмоции (Обведите кружком ответ, наилучшим образом характеризующий ваши чувства)

Никогда Редко Иногда Часто Всегда

Дружелюбный	———	Предусмотрительный	———	(Отметьте присущие вам черты)
Подавленный	———	Доминантный	———	
Надежный	———	Уверенный	———	

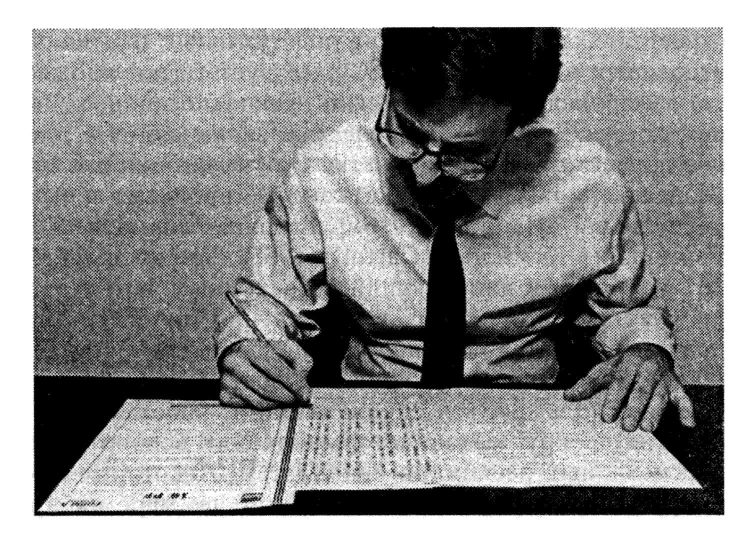
Я чувствую себя ужасно, когда говорю неправду

–3 –2 –1 0 1 2 3

Совершенно согласен — Совершенно не согласен

(Обведите кружком цифру, соответствующую степени вашего согласия или несогласия)

Рис. 2–3. *Примеры различных форм регистрационных бланков, применяемых при использовании личностных шкал самоотчета*



Психолог использует данные опросника самоотчета, чтобы составить представление о личности обследуемого. Некоторые из тестов измеряют одновременно несколько личностных характеристик, другие — только одну. (Hazel Hankin)

мер, «да», «нет», «всегда», «не знаю»). На рис. 2–3 приведены различные виды форм, используемых обычно при изучении личности методом самооценки.

Характерная особенность тестов самоотчета состоит в том, что варианты ответов здесь откалиброваны (см. рис. 2–3). То есть люди, пользующиеся этими тестами, должны выбирать между ответом «верно» и «неверно», согласием и несогласием; или же они должны выбирать из альтернатив, варьирующих от 1 («очень похоже на меня») до 6 («совершенно не похоже на меня») и т. д. Объективность достигается путем ограничения степеней свободы, имеющихся у испытуемого при ответе на пункты теста. Сходным образом стандартизация процедур оценки минимизирует риск влияния личных склонностей того, кто производит оценку теста.

Опросники самоотчета отличаются друг от друга количеством личностных характеристик, измеряемых одновременно. Тесты, предназначенные для оценки одной личностной черты (*одномерные тесты*), обычно разрабатываются и используются для измерения какого-то определенного аспекта личности. После проведения теста исследователи проверяют, различаются ли испытуемые с низкими и высокими баллами по изучаемому параметру также и по поведенческим характеристикам и различаются ли они, кроме того, по другим личностным параметрам, определяемым также с помощью методов самооценки. Данная методология подразумевает, что измеряемая личностная черта равно присуща всем индивидуумам. Другими словами, каждый человек, принимающий участие в исследовании, может получить высокую (среднюю, низкую) оценку, но при этом оценки всех испытуемых будут одинаково значимыми, поскольку они отражают особенности личности каждого из них. Некоторые одномерные тесты также дают возможность измерять отдельно две или три черты. Примерами одномерных тестов являются «Опросник личностной и ситуативной тревожности» Спилбергера [Spielberger et al., 1970], «Шкала локуса контроля» Роттера [Rotter, 1966], «Шкала стремления к успеху» Цукермана [Zuckerman, 1978] и «Шкала самоконтроля» Снайдера [Snyder, 1974]. Оценки по этим тестам предположительно отражают

относительно стабильные индивидуальные различия в степени выраженности отдельных черт личности. Существует также множество опросников самоотчета, измеряющих одновременно несколько личностных характеристик. Преимущество этих *многомерных тестов* заключается в том, что они дают более полное представление о личности. Они очень широко применяются в клинических исследованиях, в практике консультирования и для обследования персонала учреждений. Например, 16-факторный личностный опросник, разработанный Рэймондом Кеттелом [Cattell, 1965], представляет собой тест, состоящий из 187 вопросов и измеряющий 16 исходных черт у здорового человека. Оценки, полученные по каждому из измерений личности (например, доминантность—подчиненность, доверчивость—подозрительность и мечтательность—практичность), наносятся на график для построения профиля личности. Этот профиль может использоваться специалистами, работающими в сфере прикладной психологии, в круг задач которых входит подбор кадров, что требует принятия обоснованных решений о кандидатах. Некоторые многомерные тесты эволюционируют на протяжении десятилетий по мере их применения. Один из таких тестов мы рассмотрим вскоре в качестве примера, но сначала приведем образец одномерного личностного теста.

Одномерные тесты. Существуют буквально сотни одномерных тестов; кроме того, постоянно разрабатываются новые. Объем книги позволяет привести описание только одного из них.

«Шкала самоосознания» (Self-Consciousness Scale). Эта шкала была сконструирована Фенигстейном и сотр. [Fenigstein et al., 1975] с целью измерения двух самостоятельных параметров самоосознания. Первая субшкала оценивает личное самоосознание, определяемое как степень осознания испытуемыми их собственного настроения, установок, мыслей и физического состояния. Образцы вопросов теста:

1. Я всегда стараюсь понять, что со мной происходит.
2. Я быстро реагирую на изменения в своем настроении.
3. Я много размышляю о себе.

Вторая субшкала измеряет общественное самоосознание, определяемое как степень осознанной озабоченности человека по поводу того, как он выглядит в социальных ситуациях. Образцы вопросов теста:

1. Мне не безразлично, как я выгляжу.
2. Я особенно беспокоюсь о том, чтобы произвести хорошее впечатление.
3. Я отдаю себе отчет в том, как я выгляжу со стороны.

Ретестовая корреляция показывает, что обе субшкалы самоосознания достаточно надежны. Кроме того, в нормативных данных отсутствуют различия по признаку пола. Валидность теста устанавливалась путем сравнения социального поведения людей, получивших высокие и низкие результаты по каждой субшкале. Во многих исследованиях показано, что люди с высокими показателями личного самоосознания действуют в большем согласии со своими внутренними особенностями, ценностями и установками [Fenigstein, 1987; Carver, Scheier, 1987]. К тому же эти люди лучше способны предвидеть, как они поведут себя в различных

обстоятельствах, а также более четко осознают свои эмоциональные реакции на события [Scheier et al., 1978; Scheier, Carver, 1977]. Не удивительно, что люди с высокими оценками по субшкале общественного самоосознания оказываются более чувствительными к тому, что думают о них другие, а также более строго придерживаются социальных норм и стремятся избежать негативных оценок, чем те, у кого этот показатель выражен слабо. Люди с высокими оценками по данной субшкале также больше озабочены своим внешним видом, чем те, у кого они низкие.

Многомерные тесты. Как было ранее отмечено, эти тесты обычно используются психологами для диагностики психического состояния клиентов или при составлении заключения об их личностных особенностях. Далее мы рассмотрим наиболее широко используемый и изученный многомерный личностный тест.

Миннесотский многоаспектный личностный опросник (The Minnesota Multiphasic Personality Inventory, **MMPI**). MMPI является самым распространенным многомерным тестом самоотчета [Lubin et al., 1985]. Этот тест был разработан С. Хатуэем и Дж. Маккинли в 1940 году [Hathaway, McKinley, 1943] для помощи клиническим психологам в диагностике психических расстройств. Создатели теста были убеждены в том, что тест будет также полезен при оценке эффективности психотерапии. Хатуэй и Маккинли использовали для разработки теста эмпирическую стратегию. Подготовив наборы из сотен утверждений, на которые возможен ответ «да» или «нет», они предлагали ответить на них разным группам пациентов психоневрологических лечебных учреждений, страдавших различными психическими расстройствами. Диагнозы уточнялись в процессе опроса этих пациентов психиатрами. Контрольная группа состояла из родственников и друзей, которые проходили тестирование, когда навещали пациентов в клинике. Все полученные ответы анализировались, и те вопросы, на которые диагностическая группа давала ответы, отличные от ответов контрольной группы, вошли в тест. Например, если люди, у которых была диагностирована депрессия, с большей частотой отвечали на вопрос «Моя жизнь обычно наполнена интересными событиями и делами» отрицательно, то этот вопрос входил в состав шкалы депрессии. Систематически проводя эту оценочную процедуру в группах пациентов с разными психиатрическими диагнозами, создатели теста выделили 10 самостоятельных «клинических шкал» (табл. 2–5). В тест также входят четыре «контрольные шкалы», при помощи которых экспериментатор оценивает, не был ли испытуемый небрежен в работе с тестом, не отвечал ли он лживо и понял ли он инструкцию (см. табл. 2–5). «Шкала лжи», например, предоставляет информацию о том, в какой степени испытуемый дает скорее социально желательные ответы, чем правдивые, стремясь создать о себе благоприятное впечатление («Не могу припомнить, чтобы когда-нибудь я плохо спал ночью»).

Адаптированная и заново стандартизированная версия MMPI была опубликована в 1989 году. Известный как MMPI-2, этот тест содержал то же количество вопросов (567), что и оригинальный опросник, но имел и определенные отличия. Вопросы, сформулированные с позиций мужского шовинизма и не актуальные по содержанию, а также вопросы, вызывающие неприятные чувства, были исключены из текста опросника. Устаревшие нормы заменены более репрезентативными для современной популяции. Эти и другие существенные изменения должны повысить

Таблица 2–5. **Шкалы MMPI с примерами наиболее характерных вопросов, а также описанием наиболее типичного поведения, встречающегося у людей с высокими оценками по данным шкалам**

Клинические шкалы	Вопросы теста (с вариантом ответа, указанным в ключе)	Характеристики поведения, связанные с высокими оценками
Ипохондрия (Hs)	Временами у меня бывают сильные запоры (Верно)	Указывает на цинизм, враждебность, частые жалобы и чрезмерную озабоченность функционированием своего организма
Депрессия (D)	Любая работа дается мне ценой больших усилий (Верно)	Указывает на переживание хронического стресса, робость, пессимизм
Истерия (Hy)	Иногда у меня бывает такое чувство, будто моя голова стянута обручем (Верно)	Указывает на состояние подавленности, зависимости от других. Такие лица предъявляют много жалоб соматического характера, которые часто являются необоснованными
Психопатические отклонения (Pd)	Люди часто критикуют мои поступки и интересы (Верно)	Может указывать на антисоциальное и импульсивное поведение, чреватое неприятностями с представителями закона или официальными лицами
Не знаю, что сказать (?)	Количество вопросов, оставшихся без ответа или с пометкой «не знаю»	Высокая оценка может указывать на уклончивость
Шкала лжи (L)	Я улыбаюсь каждому встречному (Верно)	Означает тенденцию описывать себя в наиболее благоприятном свете
Шкала достоверности (F)	Я думаю, что против меня составляется заговор (Верно)	Указывает на небрежность, невнимательность, спутанность сознания или стремление ввести в заблуждение экспериментатора
Шкала коррекции (K)	Меня ужасно задевает, когда меня ругают или критикуют (Неверно)	Измеряет степень психологической защиты или отрицание симптомов
Маскулинность — феминность (MF)	Я люблю возиться с цветами (Неверно)	Указывает на агрессивность и бунтарство у женщин, пассивность и эстетические наклонности у мужчин
Паранойя (P)	Временами я нахожусь во власти каких-то злых сил (Верно)	Часто указывает на ненормальную подозрительность, бред преследования или величия, настороженность
Психастения (Pt)	Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать (Верно)	Указывает на тревожность, ригидность, чувство собственной несостоятельности
Шизофрения (Sc)	Часто у меня бывает такое ощущение, будто все вокруг нереально (Верно)	Указывает на состояние помрачения сознания, наличие «сверхценных» идей, возможно, галлюцинации и бред
Гипомания (Ma)	Временами у меня мысли текут быстрее, чем я успеваю их высказывать (Верно)	Указывает на гиперактивность, импульсивность, оптимизм, в некоторых случаях — на спутанность сознания или дезориентацию
Социальная интроверсия (Si)	Мне нравится ходить туда, где шумно и весело (Неверно)	Часто указывает на робость, незаинтересованность в других, отсутствие интереса к социальным отношениям

ценность MMPI-2 и сделать его более предпочтительным по сравнению с оригинальной версией теста.

При интерпретации результатов MMPI используются два основных подхода: клинический и экспертный. В процессе *клинической интерпретации* исследователь просматривает показатели по каждой шкале, отмечает особенности профилей (получаемых в том числе путем объединения в одну группу высоких оценок по определенным шкалам), а также привносит в интерпретацию свой личный профессиональный опыт и знания об индивидуумах с определенными типами профиля, чтобы составить заключение об имеющихся у пациента психологических проблемах и патологических чертах характера. И наоборот, когда осуществляется *экспертная интерпретация*, психолог (или компьютер) просто использует атласы MMPI, содержащие эмпирически установленные характеристики типов личностных особенностей, соответствующие каждой конфигурации профиля. Процесс сравнения данного профиля личности с большим количеством ранее полученных профилей обеспечивает интерпретацию, основанную на статистических расчетах и нормах (без какой-либо субъективной оценки психолога). Сравнение данного профиля личности с другими профилями также дает возможность клиницисту поставить правильный диагноз и выбрать адекватную терапию для пациента.

Хотя MMPI зарекомендовал себя в качестве ценного диагностического инструмента, его применение ни в коем случае не ограничивается условиями клиники [Kunce, Anderson, 1984]. Он применяется, например, для решения вопроса о профессиональной пригодности лиц, желающих устроиться на работу [Dahlstrom et al., 1975]. Однако использование MMPI в качестве тестовой процедуры для кандидатов при приеме на работу вызывает в настоящее время споры. Эта проблема фигурировала даже в судебных разбирательствах о посягательстве на тайну личности [Dahlstrom, 1980].

MMPI также широко используют в исследованиях, посвященных изучению динамики семейных отношений, нарушений пищевых привычек, патологической зависимости от тех или иных веществ; суицидов, а также готовности к лечению или реабилитации [Butcher, Keller, 1984]. Кроме того, вопросы из этого теста использовались при создании большого количества других личностных тестов, включая «Шкалу проявления тревожности Тэйлора» [Taylor, 1953], «Личностный опросник Джексона». [Jackson, 1974] и «Калифорнийский психологический опросник» [Gough, 1987]. Наконец, тот факт, что MMPI переведен примерно на 125 иностранных языков, является свидетельством его популярности и ценности как метода клинической оценки [Butcher, 1984].

Сила и слабость методик самоотчета. Оценка индивидуальных различий — важный аспект персонологии. Однако может возникнуть вопрос: почему, раскрывая эту тему, мы столько внимания уделяем именно самоотчету. Основная причина, возможно, заключается в том, что тесты самоотчета дают более полную, определенную и систематизированную информацию о личности, чем нерегулярно получаемые сведения. В данном случае возможные личные предубеждения или теоретические пристрастия экспериментатора компенсируются таким достоинством метода, как объективность подсчета результатов. Кроме того, с этими тестами может легко работать человек, имеющий относительно небольшую формальную подготовку. Тесты самоотчета обычно обладают большей надежностью по сравнению с другими методами, а это само по себе является определенным

преимуществом. Наконец, многомерные опросники позволяют измерять одновременно несколько личностных особенностей.

Несмотря на то, что тесты самоотчета пользуются популярностью у профессиональных психологов, их применение сопряжено с некоторыми проблемами, которые требуют рассмотрения. Основные их ограничения состоят в том, что они не защищены от преднамеренного обмана, влияния эталонов социальной желательности и установочного поведения [Kleinmuntz, 1982].

Персонологам, применяющим методы самоотчета, приходится зависеть от готовности респондентов давать о себе точную информацию. Проблема состоит в том, что в некоторых из шкал самооценки преобладают вопросы, дающие возможность испытуемым относительно легко вводить исследователя в заблуждение. Умышленная же ложь наиболее вероятна тогда, когда респондент убежден, что извлечет для себя какую-то пользу, дав ответы, не соответствующие действительности [Furnham, 1990]. Претендент на вакантную должность может «смошенничать», умышленно давая положительные ответы на вопросы, от которых, как ему кажется, зависит, сложится ли о нем благоприятное мнение и будет ли он принят на работу. И, наоборот, человек может «смошенничать» в худшую сторону и преднамеренно отвечать «нет» на определенные вопросы, полагая, что это создаст о нем впечатление как о человеке с более серьезными психическими нарушениями, чем это есть на самом деле. Последнее может иметь место в ситуации, когда необходимо оценить душевное состояние обвиняемого в уголовном преступлении.

Лучшая защита от этой опасности — встроить в тест контрольные шкалы, позволяющие обнаруживать преднамеренную ложь. Например, MMPI содержит шкалы, цель которых — показывать, когда обследуемые лгут, когда проявляется их психологическая защита или когда они дают уклончивые ответы. Другой путь — вводить в тест дополнительные вопросы, прямо не относящиеся к изучаемому феномену, благодаря чему цель теста станет менее ясной для испытуемого. Тем не менее, эти попытки могут оказаться успешными только отчасти: трудно определить, до какой степени испытуемый сможет исказить информацию о себе. Поэтому по возможности важные заключения о личности испытуемого не должны основываться только на результатах теста самоотчета.

Другой недостаток шкал самоотчета связан со встречающейся у многих людей тенденцией отвечать таким образом, чтобы «хорошо выглядеть». Эта тенденция носит название *социальной желательности*, и она составляет проблему при использовании не только тестов самоотчета, но и других оценочных процедур. В отличие от преднамеренной лжи, в данном случае, испытуемые могут не осознавать, что они искажают ответы в благоприятном направлении; они непреднамеренно пытаются представить себя в лучшем свете, чем это имеет место в действительности.

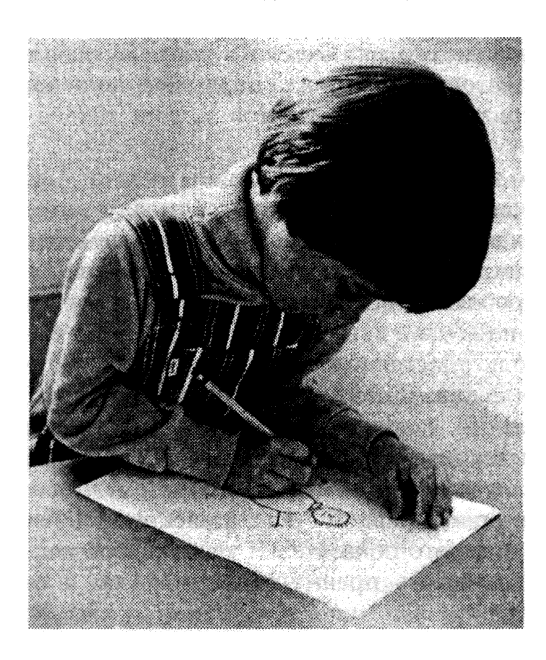
Защитить метод от возможных искажений в сторону социальной желательности или ослабить их влияние можно с помощью нескольких приемов. Некоторые тесты самоотчета (такие как MMPI) содержат вопросы, выявляющие вероятность того, что респондент дает социально желательные ответы. В других тестах предусмотрено прямое измерение количества «приукрашивающих» ответов. Например, «Шкала социальной желательности» Кроуна–Марлоу [Crowne, Marlowe, 1964] сконструирована с целью измерения тенденции представлять себя в выгодном свете. Другой способ решить эту проблему заключается в тщательной оценке

социальной приемлемости каждого вопроса до его включения в тест. В любом случае, очевидно, что при интерпретации тестового материала психологи должны знать о потенциальной возможности «загрязнения» результатов за счет тенденции социальной желательности.

Последняя проблема связана с тем, что некоторые люди склонны отвечать на вопросы теста определенным образом, независимо от содержания тестового материала. Например, одни испытуемые отвечают утвердительно гораздо чаще, чем другие, они фактически соглашаются с каждым вопросом теста. Эта *тенденция отвечать согласием* является основной проблемой шкал самооценки, в которых требуются ответы типа «верно—неверно» или «да—нет» (как MMPI). Если тенденцию отвечать на вопросы положительно не удастся как-то нейтрализовать, то в случаях постоянного согласия мы получим искаженные результаты, непригодные для оценки личностных особенностей данного человека. К счастью, тенденция отвечать преимущественно согласием является относительно легко решаемой проблемой. Большинство авторов формулируют вопросы теста таким образом, чтобы ответы «верно—неверно» и «да—нет» примерно в равной степени раскрывали бы измеряемую черту. Благодаря этому при подсчете показателей теста любое косвенное влияние, оказываемое тенденцией отвечать преимущественно «да» или преимущественно «нет», уравновешивается.

Проективные методы

Проективные личностные тесты первоначально предназначались для помощи клиническим психологам в диагностике характера и сложности эмоциональных нарушений у пациента. Основанием для появления проективных тестов служит положение теории Фрейда, согласно которому неосознаваемые процессы важны для понимания психопатологии. Соответственно, цель проективной оценки заключается в раскрытии неосознаваемых конфликтов личности, ее страхов и источников беспокойства. Термин *проективный метод* предложил Л. Франк [Frank, 1939] для обозначения методов оценки, в которых испытуемым дают неопределенные стимулы, содержание которых не предполагает четких, обусловленных данной культурой ответов. Подобные методы, представляющие собой скорее непрямой подход к оценке личности, позволяют людям «проецировать» на неопределенный материал свои чувства, потребности, установки и отношение к жизни. Предполагается, что в ответах на тестовые стимулы (такие как чернильные пятна или расплывчатые картинки) обнаруживаются признаки подавленных импульсов, защитные механизмы личности и другие ее «внутренние» аспекты. Все проективные тесты отличаются рядом важных особенностей. Все они содержат неопределенные или неструктурированные тестовые стимулы. Экспериментатор никогда не сообщает испытуемому истинной цели тестирования и не говорит, как будет подсчитывать или интерпретировать его ответы. В инструкциях подчеркивается, что правильных или неправильных ответов здесь не может быть, и испытуемый вправе отвечать так, как ему вздумается. Наконец, подсчет и интерпретация ответов испытуемого основываются в значительной степени на субъективных суждениях экспериментатора, который опирается на свой клинический опыт.



Тест «Нарисуй человека» — это проективная методика, часто используемая психологами для оценки скрытых мыслей и чувств ребенка. (Peter Vandermark/Stock, Boston)

Существует много различных типов проективных методов. Линдсей подразделяет их на следующие пять категорий [Lindzey, 1939]:

1. *Ассоциативные методы*, требующие отвечать на стимул первой пришедшей в голову мыслью или возникшим чувством. Примеры: «Тест словесных ассоциаций Меннингера» [Rapaport et al., 1968] и «Тест чернильных пятен» Роршаха [Rorschach, 1942].

2. *Конструктивные методы*, требующие создания или придумывания чего-либо. Например, в «Тесте тематической апперцепции» [Morgan, Murray, 1935] испытуемым предъявляют серии картинок с изображением простых сцен и предлагают составить рассказы о том, что происходит в этих сценах и какие чувства испытывают персонажи.

3. *Методы завершения* предлагают испытуемому завершить мысль, начало которой содержится в стимульном материале. В качестве последнего могут выступать незаконченные предложения (например, «Меня раздражает, когда...»). К методам завершения относятся «Тест рисуночной фрустрации Розенцвейга» [Rosenzweig, 1945] и «Тест незаконченных предложений Роттера» [Rotter, Rafferty, 1950].

4. *Экспрессивные методы* предлагают выразить свои чувства посредством такой деятельности, как рисование картинки или психодрама. Например, в тесте «Нарисуй человека» К. Маховер [Machover, 1949], от испытуемого требуется нарисовать человека, а затем — человека противоположного пола.

5. *Методы выбора*, или *распределения по порядку*, требуют от испытуемых отбирать или располагать в порядке предпочтения набор стимулов. Например, тест Сонди [Szondi, 1944] содержит инструкцию выбирать из предложенных изоб-

ражений людей те, которые или больше всего понравились, или больше всего не понравились. В настоящее время подобные методики используются редко.

Следует добавить, что эти пять категорий проективных методов не являются взаимоисключающими, и во многих тестах используются две и более из них.

Для лучшего представления о процедуре проведения, обсчете результатов и интерпретации проективных тестов мы подробнее остановимся на одном из них. Это тест Роршаха, часто используемый для оценки бессознательных процессов.

Герман Роршах, известный швейцарский психиатр, изобрел «Тест чернильных пятен» в 1921 году. В последующие годы этот тест стал наиболее популярной и широко используемой проективной методикой [Sweeney et al., 1987]. Тест состоит из десяти карт. Карты содержат изображение билатерально симметричных пятен, которые Роршах получил, капнув чернила на лист бумаги и сложив его пополам (рис. 2–4). Пять карт черно-белые, пять — цветные. Каждое пятно отпечатано в центре карты из белого картона размерами около 18×24 см. Тест обычно проводит один и тот же экспериментатор с одним испытуемым в два этапа. На первом этапе испытуемому предлагают расслабиться и спонтанно отвечать на тестовые стимулы. Экспериментатор говорит: «Я собираюсь показать вам набор чернильных пятен и хотел бы узнать, что вы видите в каждом из них». Испытуемый берет в руки каждую карту (в определенном порядке), рассматривает ее и описывает, что он видит в этом пятне, что это пятно ему напоминает и на что оно похоже. Экспериментатор записывает все, что говорит испытуемый о каждом пятне (например: «Это напоминает мне двух медведей, танцующих вокруг походного



Рис. 2–4. *Чернильное пятно, похожее на те, что использованы в тесте Роршаха. Испытуемого просят объяснить, что он видит в этом пятне.* (Lisa Brusso)

костра»). Затем анализируется дословная запись ответов, или протокол. Экспериментатор также наблюдает за поведением испытуемого во время проведения теста, уделяя особое внимание тому, какие позы принимает испытуемый и сколько времени ему требуется, чтобы ответить по каждой карте.

Когда ответы на все карты получены, испытуемому снова показывают карты в том же порядке. На этой стадии эксперимента, называемой «расследование», экспериментатор пытается определить, какие характеристики пятна обусловили предыдущие ответы испытуемого. Если, например, испытуемый говорит, что первая карта напоминает ему слона, может последовать вопрос: «Что именно в этом пятне напоминает вам слона?» Во второй фазе процедуры экспериментатора в основном интересуют два вопроса. Первый — какую часть площади карты занимает то, что испытуемый на ней увидел и обозначил в своем ответе. Второй вопрос касается того, какие особенности или качества пятна привели к тому или иному ответу (например, форма, цвет, характеристики людей или животных). Оба вопроса задаются в отношении каждого ответа испытуемого.

Для подсчета и интерпретации теста Роршаха предложены разные системы [Beck, 1945; Klopfer, Davidson, 1962; Piotrowski, 1957]. Каждая из них является сложной и требует как длительной отработки навыков клинической оценки, так и знаний в области теорий личности, психопатологии и возрастной психологии. Независимо от того какая система используется, фактически все они оценивают ответы субъекта на основе четырех счетных факторов [Klopfer, Davidson, 1962]:

1. *Локализация* имеет отношение к тому, какую часть площади пятна занимает фигура, упоминающаяся в ответе.

2. *Детерминанты* представляют особенности пятна (например, форма, цвет, тени, кажущееся движение), которые оказались существенными для формирования ответа испытуемого. Например, подсчитывается детерминанта цвета в том случае, если субъект сообщает, что видит пятно крови, потому что части пятна раскрашены в красный цвет.

3. *Содержание* отражает существо ответа: человек ли это, животное, растение, какой-то объект и так далее. Большинство систем подсчета выделяют в содержании несколько отдельных категорий для классификации ответов, такие как человеческие фигуры, фигуры животных, сексуальные объекты, одежда, географические очертания.

4. *Популярность/оригинальность* основывается на том, насколько типичен или атипичен данный ответ относительно имеющихся норм по каждой карте Роршаха в отдельности. Этот фактор обычно подсчитывается в категориях степени, поскольку количество имеющихся нормативных ответов так велико, что получение совершенно уникальной реакции в новых исследованиях маловероятно.

Дальнейший анализ основан на частоте отнесения ответов в каждую из вышеупомянутых категорий. Можно также подсчитать соотношение категорий, чтобы получить дополнительную информацию о личности. Это — примеры количественного подхода к тесту. Однако равное значение здесь имеет анализ актуального содержания ответов испытуемого, то есть качественный подход к его оценке. Содержание ответов (видит ли, например, испытуемый в основном людей или

животных) имеет существенное значение для установления различий при интерпретации личностных характеристик человека.

Насколько полезен тест Роршаха для оценки личности? С эмпирической точки зрения отношение к его психометрическим свойствам у исследователей совершенно скептическое [Anastasi, 1988; Gamble, 1972; Kendall, Norton-Ford, 1982]. Его внутренняя согласованность низка, ретестовая надежность также низка, прогностическая и текущая валидность в большинстве случаев сомнительна [Peterson, 1978]. Еще больше усложняет картину тот факт, что в отношении теста Роршаха отсутствует необходимая степень надежности субъективных оценок. Исследования показывают удручающе низкую степень согласия между двумя или более экспертами, подсчитывающими одни и те же ответы. Короче говоря, ввиду отсутствия достаточной надежности и валидности результатов скептики отрицают полезность теста Роршаха как оценочной стратегии.

Для решения этой и других проблем исследователи разработали счетные схемы, обладающие лучшими психометрическими свойствами. Заслуживает внимания попытка стандартизации теста Роршаха с помощью введения объективных критериев и норм для детей и взрослых [Exner, 1978, 1986]. Знакомство с этой разработкой, названной автором «Усовершенствованной системой», убеждает, что тест Роршаха может быть хорошим инструментом оценки. Были предприняты и усилия в направлении интерпретации тестовых ответов с помощью компьютера, а также создания параллельной формы теста для группового проведения [Holtzman, 1988]. Однако, несмотря на эти усовершенствования, тест Роршаха все еще не нашел широкого применения за пределами клиники.

Полемика вокруг теста Роршаха вряд ли уляжется в ближайшее время. Несмотря на принимаемые меры по созданию надежных и валидных систем тестовых оценок [Exner, 1986], психологи-практики продолжают критиковать тест за излишне глубинную интерпретацию, не дающую возможности считать тест адекватным измерительным инструментом параметров личности. В то же время многие психологи будут продолжать использовать тест в клинической практике, невзирая на то, что говорят о нем исследования. Даже если рассматривать тест Роршаха как метод, имеющий только дополнительное диагностическое значение, маловероятно, что его популярность снизится в обозримом будущем [Lubin et al., 1985].

Сила и слабость проективных методов. Сторонники проективных методов заявляют, что последние обладают двумя уникальными преимуществами. Первое заключается в том, что тестовые стимулы здесь относительно неоднородны и неоднозначны, благодаря чему испытуемый не знает, какую психологическую интерпретацию получат его ответы. Проективные методы допускают почти неограниченное разнообразие возможных ответов, что позволяет скрыть от испытуемого истинную цель тестирования, а также снижает вероятность фальсифицированных и установочных ответов. Во-вторых, непрямой способ подачи тестового материала не приводит в действие психологические защитные механизмы испытуемого, что дает возможность получать информацию о таких аспектах личности, которые обычно скрыты от наблюдения.

Критика проективных тестов сводится к тому, что они недостаточно стандартизированы, отсутствует четкая процедура их проведения, оценки и интерпретации. В частности, оценка тестовых показателей часто зависит от навыка, клини-

ческого опыта и интуиции психолога, что делает их чрезвычайно ненадежными. Однако справедливо и другое: опыт показывает, что большая практика в обработке тестовых показателей способствует удовлетворительному уровню внутренней согласованности оценок [Goldfried et al., 1971; Exner, 1986].

Более серьезную проблему составляет интерпретация уже подсчитанных показателей того или иного теста. Хотя клинические психологи обычно полагаются на собственный опыт в интерпретации результатов проективных методик, сами методики не всегда одинаково удачны. К сожалению, интерпретация таких тестов слишком часто зависит от догадок и интуиции клинициста, а это не способствует повышению научной ценности проективных тестов.

Наконец, выдвигается еще один критический аргумент: до сих пор не получено достаточно убедительных доказательств валидности проективных тестов [Aiken, 1984; Peterson, 1978]. Поэтому психологи стараются формулировать итоговое заключение не только на основании проективных тестов. Скорее, сами проективные тесты стоит рассматривать в контексте другой информации, полученной в результате интервью, анализа клинического случая и тестов самооценки.

В заключение можно сказать, что, несмотря на проблемы, связанные с применением проективных тестов, многие клинические психологи продолжают к ним обращаться при изучении неосознанных конфликтов человека, его фантазий и мотивов [Singer, Kolligian, 1987]. В то же время, активное применение на практике не снижает остроту проблемы, связанной с их надежностью и валидностью.

РЕЗЮМЕ

Теория выполняет роль катализатора для эмпирического исследования важных личностных феноменов и обеспечивает смысловую основу интерпретации установленных фактов и закономерностей. В отличие от несистематических наблюдений или соображений с позиции здравого смысла, при экспериментальном изучении личности те или иные заключения, касающиеся человеческого поведения, не считаются обоснованными до тех пор, пока не будут предоставлены объективные и воспроизводимые данные. Ориентация на научные исследования также предполагает наличие ясных и четких описаний процедуры измерения изучаемых переменных.

В основе всех исследовательских подходов в психологии личности лежит наблюдение. Каждый из видов наблюдения — несистематизированное, естественное и контролируемое полевое наблюдение обсуждались в данной главе как способы более строгого изучения поведения человека. Также рассматривались преимущества и недостатки каждого вида наблюдения.

Три исследовательские стратегии в изучении личности представлены методом изучения клинических случаев, корреляционным методом и экспериментальным методом. Каждая стратегия предполагает, что исследователь осуществляет объективное наблюдение за кем-то, кто что-то делает или говорит.

Метод анамнеза, или метод изучения истории болезни, обеспечивает возможность глубокого анализа отдельной личности. Этот метод направлен прежде всего на диагностику и лечение индивидуумов, страдающих эмоциональными расстройствами. Кроме того, изучение клинических случаев имело значение при создании ряда теорий личности и при изучении здоровых индивидуумов на протяжении

многих лет. При описании прошлого пациента (описании клинического случая) используются разные методы, как-то: биографические и автобиографические очерки, личностные опросники и проективные тесты, интервью, а также информация, полученная от тех людей, которые довольно хорошо знают данного человека. Хотя истории болезни представляют собой ценный источник знаний о людях, этот метод не свободен от некоторых недостатков, связанных с тем, что объектом изучения здесь является конкретный человек. В частности, история болезни не устанавливает причины тех или иных наблюдаемых событий, возможность обобщения полученных данных здесь весьма ограничена, отобранные данные могут носить оттенок личных предубеждений и/или их истинность трудно проверить.

Корреляционный метод используется для установления связей между переменными и внутри них. Исследователи, использующие корреляционный метод, обычно заинтересованы в получении ответов на особые вопросы. Например, можно ли на основе успеваемости в колледже предсказать профессиональный успех в дальнейшем. Коэффициент корреляции как первичный статистический показатель обозначает направление и силу связи между переменными. Коэффициент корреляции может варьировать от −1 (полностью отрицательная зависимость) до +1 (полностью положительная зависимость). Как исследовательская стратегия корреляционный метод позволяет изучать многие аспекты человеческого поведения в естественных условиях. Кроме того, с его помощью можно изучать переменные, которые никаким иным способом невозможно исследовать по этическим соображениям. Однако корреляционный метод не дает убедительных доказательств того, что одна переменная вызывает появление другой переменной, даже если они обе тесно связаны, то есть имеют высокий коэффициент корреляции. Корреляция не предполагает установления причинных связей. В данной главе отмечается также, что определенную путаницу в интерпретацию корреляционных связей может внести третья переменная.

Экспериментальный метод дает исследователям возможность устанавливать причинно-следственные связи посредством манипуляции определенной переменной в тщательно контролируемых условиях, что позволяет наблюдать изменения второй переменной, как результат изменений первой переменной. Изменяемая переменная (условие, контролируемое исследователем) является независимой переменной. Наблюдаемый ответ, или поведение индивидуума (исход эксперимента) представляет собой зависимую переменную. Для проведения самого простого эксперимента требуются две группы испытуемых. Экспериментальная группа подвергается действию независимой переменной, а контрольная группа — нет. Распределение испытуемых по группам осуществляется случайным образом. Это дает гарантию того, что различия между группами будут обусловлены только наличием или отсутствием независимой переменной. В качестве примера рассматривался эксперимент по изучению возможных закономерностей, лежащих в основе известной поговорки «На миру и смерть красна». Результаты показали, что участницы эксперимента предпочитали находиться рядом с другими людьми, когда испытывали сильную тревогу в ожидании болезненного удара электрическим током. Следующий эксперимент показал, что испытуемые, переживающие сильную тревогу, предпочитали в это время общество только тех, кто оказался в такой же ситуации.

Будучи мощной исследовательской стратегией, эксперимент имеет ограничения при изучении поведения человека. Помехой для его применения могут быть

4 Зак. 1212

этические соображения. Другое ограничение связано с тем, что эксперименты, проводимые в лабораторных условиях, часто носят искусственный характер, и это ограничивает возможность обобщения результатов. Присущие лабораторным условиям артефакты (например, феномен требуемых характеристик, установочные ответы) могут оказывать незапланированное воздействие на результаты исследования. Наконец, было отмечено, что экспериментальное исследование проводится в соответствии с принципом осведомленного согласия. Испытуемым сообщается заранее о любом потенциальном риске, и они могут отказаться от участия в эксперименте в любое время без всяких опасений.

Каждая стратегия исследования, используемая при изучении личности, имеет определенные преимущества и недостатки. Более того, ни один метод не является идеальным для решения всех вопросов.

Измерение индивидуальных различий, иначе называемое *оценкой*, является интегральным аспектом в психологии личности. Методы оценки личности должны удовлетворять критериям стандартизации, нормирования, надежности и валидности. Надежность является характеристикой постоянства теста и определяется двумя путями: методом повторного тестирования (ретестовая надежность) и методом расщепления (внутренняя согласованность). Валидность показывает, измеряет ли тест именно то, что он предназначен измерять. Рассмотрены виды валидности, включая содержательную валидность, критериальную валидность и конструктную валидность.

Центральным вопросом в процессе научного исследования является измерение различных аспектов отдельной личности. Основными подходами к оценке личности являются метод интервью, личностные тесты самоотчета и проективные тесты.

Рассмотрены и проиллюстрированы главные особенности неструктурированного и структурированного интервью как оценочных процедур. Структурированная форма предпочтительна при проведении научного исследования, в то время как неструктурированная — в терапевтической ситуации.

Методы самоотчета бывают двух типов: тесты, измеряющие единственный показатель и тесты, измеряющие одновременно несколько показателей. В качестве примера теста первого типа обсуждалась «Шкала самоосознания». Примером теста второго типа послужил «Миннесотский многоаспектный личностный опросник»; обсуждалась его диагностическая ценность. Измерения самооценки объективны в том отношении, что испытуемым предоставляется минимальная свобода в ответах, а на процедуру подсчета результатов не влияют личные склонности или теоретическая ориентация экспериментатора. Проблемы, внутренне присущие тестам самоотчета, включают предумышленный обман (подделка ответов в «хорошую» или «плохую» сторону), фальсификацию ответов в социально желательном свете и установки на определенные ответы (молчаливое согласие со всеми утверждениями теста).

Проективные методы пытаются проникнуть в неосознаваемые или очень тонкие аспекты личности, давая возможность индивидуумам при ответах на неопределенные стимулы проецировать на тестовый материал свои чувства, потребности и ценности. Перечислены различные категории этих тестов. В качестве репрезентативного примера приведен тест Роршаха. Сторонники проективных тестов утверждают, что они плохо стандартизированы, имеют низкую надежность и валидность, чувствительны к субъективизму в интерпретации.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Каковы преимущества эмпирического подхода к изучению личности по сравнению с подходом с позиций здравого смысла или интуиции?
2. Опишите метод изучения клинических случаев как исследовательскую стратегию в персонологии. Каковы его достоинства и ограничения?
3. Проанализируйте некоторые обстоятельства, в которых экспериментатор предпочел бы использовать корреляционный метод для изучения проблем личности.
4. Почему при изучении различных проблем и решении вопросов исследователи личности предпочитают применять экспериментальный метод? Какие факторы, кроме независимой переменной, должен учитывать исследователь при интерпретации результатов эксперимента?
5. Обсудите некоторые этические принципы, которые учитываются при проведении экспериментального исследования. Кто ответственен за то, чтобы эти принципы гарантированно соблюдались?
6. Объясните различия между прогностической валидностью и текущей валидностью.

ГЛОССАРИЙ

Артефакт (Artifact). Не подразумеваемые в лабораторном эксперименте факторы, которые могут повлиять на изменения независимой переменной (например, испытуемый понимает, что он является объектом наблюдения со стороны экспериментатора).

Валидность (Validity). Понятие, обозначающее, что тест измеряет то, для чего он предназначен.

Гипотеза (Hypothesis). Определенное предсказание о связи между двумя или более переменными, логически вытекающее из теории.

Дивергентная валидность (Divergent validity). Степень, в которой тест не измеряет тот конструкт, для измерения которого он не предназначен.

Естественное наблюдение (Naturalistic observation). Тщательное наблюдение за поведением в реальных условиях жизни, без прямого вмешательства исследователя.

Зависимая переменная (Dependent variable). Применительно к эксперименту — переменная, измерение которой производится после того, как была изменена независимая переменная. Переменная, получаемая в результате эксперимента.

Конвергентная валидность (Convergent validity). Величина корреляции показателей данного теста с показателями другого теста, который предположительно измеряет тот же самый конструкт.

Конструктная валидность (Construct validity). Доказательство того, что тест измеряет определенный гипотетический конструкт; предполагает валидизацию как самого теста, так и тех характеристик, которые предположительно связаны с рассматриваемой концепцией.

Контрольная группа (Control group). Применительно к эксперименту — группа субъектов, не подвергающихся никакому экспериментальному воздействию, но сравниваемая с экспериментальной группой. Ответы испытуемых из контрольной группы могут сравниваться с ответами испытуемых из экспериментальной группы с целью установления любых различий.

Корреляционный метод (Correlational method). Стратегия исследования, при которой определяются связи между двумя или более переменными (величина их корреляции).

Коэффициент корреляции (Correlation coefficient). Количественный показатель, обозначающий силу и направление связи между двумя переменными. Положительная корреляция обозначает, что большие значения одной переменной соответствуют большим зна-

чениям другой переменной. Отрицательная корреляция обозначает, что большие значения одной переменной соответствуют малым значениям другой переменной.

Метод анамнеза (Case study method). Стратегия исследования, направленная на детальное изучение отдельного индивидуума.

Методики самоотчета (Self-report techniques). Тесты самоотчета, в которых форма ответов, процедура проведения и измеряемые параметры стандартизованы.

Многомерные тесты (Multidimensional tests). Личностные опросники самооценки, позволяющие измерять одновременно несколько параметров личности респондента (например, MMPI).

Молчаливое согласие (Acquiescence). Тенденция отвечать «да» или «верно» на вопросы теста, независимо от их содержания.

Надежность (Reliability). Измерение постоянства (стабильности) теста (или другого метода оценки). Постоянство оценок при повторном тестировании одной и той же группы людей называется ретестовой надежностью. Постоянство оценок по пунктам теста называется внутренней согласованностью.

Независимая переменная (Independent variable). Применительно к эксперименту — переменная, изменяемая экспериментатором с целью определения ее воздействия или влияния на другую (зависимую) переменную. Переменная, рассматриваемая в качестве «причины» в причинно-следственных связях.

Одномерные тесты (Single-trait tests). Тесты самоотчета, измеряющие определенную черту личности испытуемого (например, стремление к успеху).

Оценка (Assessment). Измерение индивидуальных различий, связанных с характерными личностными особенностями.

Принцип осведомленного согласия (Informed consent). Этический принцип, оговаривающий в качестве особого условия, что испытуемые могут свободно принимать решение об участии в эксперименте после того, как получили необходимую информацию об исследовании, используемых процедурах, а также о любом возможном потенциальном риске, сопряженным с данным исследованием.

Прогностическая валидность (Predictive validity). Степень точности предсказания тестом некоторых будущих критериально-ориентированных измерений.

Проективные методы (Projective techniques). Класс психологических тестов, при выполнении которых испытуемые отвечают на неоднозначные и неструктурированные стимулы, что позволяет выявлять их потребности, чувства и конфликты; пример — тест Роршаха.

Рабочее (операциональное) определение (Operational definition). Определение, в котором указывается процедура и условия, планируемые для измерения переменной. Определение идеи на языке операций, с помощью которых она может быть проверена.

Случайное распределение (Random assignment). Распределение индивидуумов, отобранных для исследования, в разные группы или помещение их в разные экспериментальные условия по методу случайного выбора. Позволяет устранить из эксперимента все факторы, кроме присутствия или отсутствия независимой переменной.

Содержательная валидность (Content validity). Степень соответствия содержания вопросов теста измеряемой области психических свойств.

Социальная желательность (Social desirability). Наблюдаемая у некоторых людей тенденция давать социально желательные ответы на вопросы теста.

Стандартизация (Standartization). Использование единообразных процедур при проведении и обсчете психологического теста.

Структурированное интервью (Structured interview). Интервью, проводящееся по установленной форме (с установленными вопросами), что оставляет респонденту мало возможностей (или вовсе не оставляет) для отступления от темы, предложенной интервьюером. Наоборот, неструктурированное интервью предоставляет респонденту максимум свободы для более полного и спонтанного раскрытия.

Текущая валидность (Concurrent validity). Степень корреляции теста с независимым измерением той же самой переменной, полученным в то же самое время.

Тестовые нормы (Test norms). Установленные стандарты проведения теста (например, средняя, медиана и процентиль).

Требуемые характеристики (Demand characteristics). Догадки испытуемых в экспериментальной ситуации, приводящие их к мысли о необходимости вести себя желательным для экспериментатора образом. Подобные изменения в поведении могут привести в конце концов к подтверждению экспериментальной гипотезы.

Фундаментальное исследование (Basic research). Исследование, направленное скорее на изучение общих соотношений между феноменами, чем на изучение специфических вопросов прикладного характера.

Экспериментальная группа (Experimental group). Применительно к эксперименту — субъекты, по отношению к которым осуществляется некоторое специальное воздействие посредством введения независимой переменной.

Экспериментальный метод (Experimental method). Стратегия исследования, в ходе которой экспериментатор манипулирует одной или большим количеством независимых переменных под тщательным контролем, а также наблюдает за тем, как эти манипуляции воздействуют на другую (зависимую) переменную.

Эмпирическая проверка (Empirical test). Метод, заключающийся в систематическом наблюдении за событиями или переменными, с целью получения достоверной информации. Является необходимой принадлежностью научного метода — посредством наблюдения приобретается знание.

БИБЛИОГРАФИЯ

Aiken L. R. (1984). Psychological testing and assessment (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.

American Psychological Association (1981). Ethical principles of psychologists. American Psychologist, 36, 633–638.

Anastasi A. (1988). Psychological testing (6th ed.). New York: Macmillan.

Aronson E., Brewer M., Carlsmith J. M. (1985). Experimentation in social psychology. In G. Lindzey, E. Aronson (Eds.). Handbook of social psychology (3rd ed., Vol. 1). New York: Random House.

Baumrind D. (1985). Research using intentional deception: Ethical issues revisited. American Psychologist, 40, 165–174.

Beck A. T. (1982). Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects. New York: Harper and Row.

Beck S. J. (1945). Rorschach's test: Basic processes (Vol. 1). New York: Grune & Stratton.

Berkowitz L., Donnerstein E. (1982). External validity is more than skin deep. American Psychologist, 37, 245–257.

Butcher J. N. (1984). Current developments in MMPI use: An international perspective. In J. N. Butcher, C. D. Spielberger (Eds.). Advances in personality assessment (Vol. 4). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Butcher J. N., Keller L. S. (1984). Objective personality assessment. In G. Goldstein, M. Hersen (Eds.). Handbook of psychological assessment. New York: Pergamon Press.

Campbell D. T., Fiske D. W. (1959). Convergent and discriminant validation by the multitrait-multimethod matrix. Psychological Bulletin, 56, 81–105.

Carlson R. (1984). What's social about social psychology? Where's the person in personality research? Journal of Personality and Social Psychology, 47, 1304 - 1309.

Carver C. S., Scheier M. F. (1987). The blind men and the elephant: Selective examination of the public-private literature gives rise to a faulty perception. Journal of Personality, 55, 524–541.

Cattell R. B. (1965). The scientific analysis of personality. Baltimore: Penguin.

Christensen L. (1988). Deception in psychological research: When is its use justified? Personality and Social Psychology Bulletin, 14, 664–675.

Crabtree A. (1985). Multiple man: Explorations in possession and multiple personality. New York: Praeger.

Cronbach L. J., Meehl P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. Psychological Bulletin, 52, 281–302.

Crowne D. P., Marlowe D. (1964). The approval motive: Studies in evaluative dependence. New York: Wiley.

Dahlstrom W. G. (1980). Screening for emotional fitness: The Jersey City case. In W. G. Dahlstrom, L. E. Dahlstrom (Eds.). Basic readings on the MMPI: A new selection on personality measurement. Minneapolis: University of Minnesota Press.

Dahlstrom W. G., Welsh G. S., Dahlstrom L. E. (1975). An MMPI handbook (Vol. 2). Research applications. Minneapolis: University of Minnesota Press.

Duke M. P. (1986). Personality science: A proposal. Journal of Personality and Social Psychology, 50, 382–385.

Elliott G. R., Eisdorfer C. (Eds.) (1982). Stress and human health: Analysis and implications of research. New York: Springer.

Eron L. D. (1987). The development of aggressive behavior from the perspective of a developing behaviorism. American Psychologist, 42, 435–442.

Exner J. E. (1978). The Rorschach: A comprehensive system (Vol. 2). Current research and advanced interpretation. New York: Wiley.

Exner J. E. (1986). The Rorschach: A comprehensive system (Vol. 1). Basic foundations (2nd ed.). New York: Wiley.

Fenigstein A. (1987). On the nature of public and private self-consciousness. Journal of Personality, 55, 543–553.

Fenigstein A., Scheier M. F., Buss A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43, 522–527.

Frank L. K. (1939). Projective methods for the study of personality. Journal of Personality, 8, 389–413.

Freedman J. L. (1988). Television violence and aggression: What the evidence shows. In S. Oskamp (Ed.). Applied social psychology annual (Vol. 8, pp. 144–162). Newbury Park, CA: Sage.

Friedman H. S., Booth-Kelley S. (1987). The «disease-prone personality»: A metaanalytic view of the construct. American Psychologist, 42, 539–555.

Furnham A. (1990). Faking personality questionnaires: Fabricating different profiles for different purposes. Current Psychology: Research and Reviews, 9, 46–55.

Gamble K. R. (1972). The HIT: A review. Psychological Bulletin, 77, 172–194.

Goldfried M. R., Stricker G., Weiner I. B. (1971). Rorschach handbook of clinical and research applications. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Gough H. G. (1987). The California Psychological Inventory administrator's guide. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Hargadon F. (1981). Tests and college admissions. American Psychologist, 36, 1112–1119.

Hathaway S. R., McKinley J. C. (1943). Manual for the Minnesota Multiphasic Personality Inventory. New York: The Psychological Corporation.

Holtzman W. H. (1988). Beyond the Rorschach. Journal of Personality Assessment, 52, 578–609.

Huston A. C., Wright J. C. (1982). Effects of communication media on children. In C. B. Kopp, J. B. Krakow (Eds.). The child: Development in a social context. Reading, MA: Addison-Wesley.

Jackson D. N. (1974). Jackson Personality Inventory Manual. Port Huron, MI: Research Psychologists Press.

Jemmott J. B., Locke S. E. (1984). Psychosocial factors, immunologic mediation, and human susceptibility to infectious diseases: How much do we know? Psychological Bulletin, 95, 78–100.

Kazdin A. E. (1982). The token economy: A decade later. Journal of Applied Behavior Analysis, 15, 431–445.

Kendall P. C., Norton-Ford J. (1982). Clinical psychology. New York: Wiley.

Kleinmuntz B. (1982). Personality and psychological assessment. New York: St. Martin's Press.

Klopfer B., Davidson H. H. (1962). The Rorschach technique: An introductory manual. New York: Harcourt, Brace & World.

Kunce J. T., Anderson W. P. (1984). Perspectives on uses of thc MMPI in non-psychiatric settings. In P. McReynolds, G. J. Chelune (Eds.). Advances in psychological assessment (Vol. 6, pp. 41–76). San Francisco: Jossey-Bass.

Lewis D. O., Pincus J. H., Feldman M., Jackson L., Bard B. (1986). Psychiatric, neurological, and psychoeducational characteristics of fifteen death-row inmates in the United States. American Journal of Psychiatry, 143, 838–845.

Lindzey G. (1959). On the classification of projective techniques. Psychological Bulletin, 56, 158–168.

London M., Bray D. W. (1980). Ethical issues in testing and evaluation for personnel decisions. American Psychologist, 35, 890–901.

Lubin B., Larsen R. M., Matarazzo J. D., Seever M. (1985). Psychological test usage patterns in five professional settings. American Psychologist, 40, 857–861.

Machover K. (1949). Personality projection in the drawing of the human figure. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Malatesta V. J., Adams H. E. (1984). The sexual dysfunctions. In H. E. Adams, P. B. Sutker (Eds.). Comprehensive handbook of psychopathology. New York: Plenum.

Morgan C. D., Murray H. A. (1935). A method for investigating fantasies: The Thematic Apperception Test. Archives of Neurology and Psychiatry, 34, 289–306.

Murray H. A., Barrett W. G., Homburger E. (1938). Explorations in personality. New York: Oxford University Press.

Neufeld R. W., Mothersill K. J. (1980). Stress as an irritant of psychopathology. In I. G. Sarason, C. D. Spielberger (Eds.). Stress and anxiety (Vol. 7). New York: Hemisphere.

Newcomb M. D., Harlow L. L. (1986). Life events and substance use among adolescents: Mediating effects of perceived loss of control and meaninglessness in life. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 564–577.

Orne M. (1969). Demand characteristics and the concept of quasi-experimental control. In R. Rosenthal, R. Rosnow (Eds.). Artifact in behavioral research (pp. 143–179). New York: Academic Press.

Peterson R. A. (1978). Review of the Rorschach. In O. K. Buros (Ed.). Eighth mental measurements yearbook (pp. 1042–1045). Highland Park, NJ: Gryphon.

Piotrowski Z. A. (1957). Perceptanalysis. New York: Macmillan.

Rapaport D., Gill M. M., Schafer R. (1968). Diagnostic psychological testing. New York: International Universities Press.

Regan D. T., Williams M., Sparling S. (1972). Voluntary expiation of guilt: A field experiment. Journal of Personality and Social Psychology, 24, 42–45.

Rofe Y. (1984). Stress and affiliation: A utility theory. Psychological Review, 91, 235–250.

Rorschach H. (1942). Psychodiagnostics. Berne, Switzerland: Huber.

Rosenthal R. (1966). Experimenter effects in behavioral research. New York: Appleton-Century-Crofts.

Rosenthal R., Rosnow R. L. (Eds.) (1969). Artifact in behavioral research. New York: Academic Press.

Rosenthal R., Rubin D. (1978). Interpersonal expectancy effects: The first 345 studies. Behavioral and Brain Sciences, 1, 377–415.

Rosenzweig S. (1945). The picture-association method and its application in a study of reactions to frustration. Journal of Personality, 14, 3–23.

Rotter J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs, 80 (1, Whole No. 609).

Rotter J. B., Rafferty J. E. (1950). Manual for the Rotter incomplete sentences blanks. New York: Psychological Association.

Runyan W. M. (1982). Life histories and psychobiography: Explorations in theory and method. New York: Oxford University Press.

Schachter S. (1959). The psychology of affiliation. Palo Alto, CA: Stanford University Press.
Scheier M. F., Buss A. H., Buss D. M. (1978). Self-consciousness, self-report of aggressiveness, and aggression. Journal of Research in Personality, 12, 133–140.
Scheier M. F., Carver C. S. (1977). Self-focused attention and the experience of emotion: Attraction, repulsion, elation, and depression. Journal of Personality and Social Psychology, 35, 625–636.
Schroeder D. H., Costa P. T. (1984). Influence of life events stress on physical illness: Substantive effects or methodological flaws? Journal of Personality and Social Psychology, 46, 853–863.
Singer J. L., Kolligian J., Jr. (1987). Personality: Developments in the study of private experience. Annual Review of Psychology, 38, 533–574.
Smith T. W., Anderson N. B. (1986). Models of personality and disease: An interactional approach to Type A behavior and cardiovascular disease. Journal of Personality and Social Psychology, 50, 1166–1173.
Snyder M. (1974). Self-monitoring of expressive behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 30, 526–537.
Spielberger C. D., Gorsuch R. L., Lushene R. E. (1970). Manual for the State-Trait Anxiety Inventory. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
Suls J. M., Miller R. L. (Eds.) (1977). Social comparison processes: Theoretical and empirical perspectives. Washington, DC: Hemisphere.
Sweeney J. A., Clarkin J. F., Fitzgibbon M. L. (1987). Current practice of psychological assessment. Professional Psychology: Research and Practice, 18, 377–380.
Szondi L. (1944). Schícksalsanalyse. Basel, Switzerland: Benno, Schwabe.
Taylor J. A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. Journal of Abnormal and Social Psychology, 48, 285–290.
White K. M., Spiesman J. C. (1982). Research approaches to personality. Monterey, CA: Brooks/Cole.
White R. W. (1975). Lives in progress: A study of the natural growth of personality (3rd ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston.
Williams N. A., Deffenbacher J. L. (1983). Life stress and chronic yeast infections. Journal of Human Stress, 9, 6–31.
Yin R. K. (1984). Case study research: Design and methods. Beverly Hills, CA: Sage.
Zuckerman M. (1978). Sensation seeking. In H. London, J. E. Exner (Eds.). Dimensions of personality. New York: Wiley.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Angleitner A., Wiggins J. S. (Eds.). (1985). Personality assessment via questionnaire: Current issues in theory and measurement. Berlin: Springer-Verlag.
Bromley D. B. (1986). The case-study method in psychology and related disciplines. New York: Wiley.
Craik K. H. (1986). Personality research methods: An historical perspective. Journal of Personality, 54, 19–51.
Lamiell J. T. (1987). The psychology of personality: An epistemological inquiry. New York: Columbia University Press.
Neale J. M., Liebert R. M. (1986). Science and behavior: An introduction to methods of research (3rd ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Shaughnessy J. J., Zechmeister E. B. (1985). Research methods in psychology. New York: Knopf.

Глава 3

ПСИХОДИНАМИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ: ЗИГМУНД ФРЕЙД

Когда психология отделилась от философии и во второй половине XIX века стала научной дисциплиной, главной ее целью являлось раскрытие основных элементов психической жизни взрослого человека при помощи метода интроспекции в лабораторных условиях. Это направление, получившее название *структурной школы*, основано Вильгельмом Вундтом, открывшим в 1879 году первую психологическую лабораторию в Лейпциге (об этом говорилось в главе 1). В качестве основной задачи психологии Вундт выдвигал разложение процессов сознания на основополагающие элементы и изучение закономерных связей между ними. Поэтому психологи того времени были просто ошеломлены появлением радикально иного подхода к изучению людей, разработанного почти без посторонней помощи Зигмундом Фрейдом, тогда еще молодым венским врачом. Вместо того, чтобы ставить в центр психической жизни человека сознание, Фрейд сравнил ее с айсбергом, ничтожно малая часть которого выступает над поверхностью воды. В противоположность господствовавшему в прошлом веке взгляду на человека как на существо разумное и осознающее свое поведение, он выдвинул иную теорию: люди находятся в состоянии беспрестанного конфликта, истоки которого лежат в другой, более обширной сфере психической жизни — в *неосознаваемых* сексуальных и агрессивных побуждениях.

Фрейд первым охарактеризовал психику как поле боя между непримиримыми силами инстинкта, рассудка и сознания. Термин «психодинамический» указывает именно на эту непрекращающуюся борьбу между разными

аспектами личности. Психоаналитическая теория как таковая служит примером психодинамического подхода — она отводит ведущую роль сложному взаимодействию между инстинктами, мотивами и влечениями, которые конкурируют или борются друг с другом за главенство в регуляции поведения человека. В представлении, согласно которому личность является динамической конфигурацией процессов, находящихся в нескончаемом конфликте, выражена суть психодинамического направления, особенно в трактовке Фрейда. Понятие динамики применительно к личности подразумевает, что поведение человека является скорее детерминированным, чем произвольным или случайным. Предполагаемый психодинамическим направлением детерминизм распространяется на все, что мы делаем, чувствуем или о чем думаем, включая даже события, которые многие люди рассматривают как чистые случайности, а также оговорки, описки и тому подобное. Данное представление подводит нас к главной и решающей теме, разрабатываемой психодинамическим направлением. А именно, оно подчеркивает значение бессознательных психических процессов в регуляции поведения человека. Согласно Фрейду, не только наши поступки часто являются иррациональными, но также само значение и причины нашего поведения редко бывают доступными осознанию.

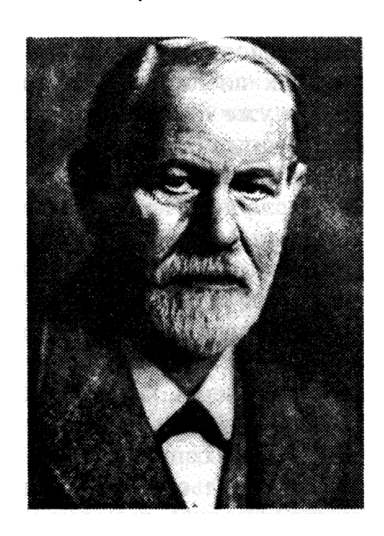
Трудно дать оценку современным теориям личности, не отдав должного признания теории Фрейда. Независимо от того, принимаем мы или отвергаем какие-то (или все) его идеи, невозможно оспорить тот факт, что влияние Фрейда на западную цивилизацию XX века было глубоким и прочным. Можно утверждать, что во всей истории человечества очень немногие идеи оказали столь широкое и мощное воздействие. Это, конечно, сильное утверждение, но трудно представить, что у Фрейда найдется много конкурентов. Его взгляд на природу человека нанес ощутимый удар господствовавшим в то время представлениям викторианского общества; он предложил трудный, но притягательный путь к достижению понимания таких аспектов психической жизни человека, которые считались темными, скрытыми и, по-видимому, недоступными.

За почти 45 лет активной научной деятельности и клинической практики Фрейд создал: 1) первую развернутую теорию личности; 2) обширную систему клинических наблюдений, основанных на его терапевтическом опыте и самоанализе; 3) оригинальный метод лечения невротических расстройств; 4) метод исследования тех психических процессов, которые почти невозможно изучить какими-либо другими способами. В этой главе мы рассмотрим теорию Фрейда и лежащие в ее основе исходные положения. Далее мы обсудим некоторые исследования, толчком к проведению которых послужила теория Фрейда, а также рассмотрим, как положения теории иллюстрируются обыденным поведением человека.

ЗИГМУНД ФРЕЙД: ПСИХОДИНАМИЧЕСКАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Зигмунд Фрейд (Sigmund Freud) родился 6 мая 1856 года в маленьком австрийском городке Фрайберге, Моравия (на территории современной Чехии). Он был самым старшим из семерых детей в своей семье, хотя у его отца, торговца шерстью, было двое сыновей от предыдущего брака, и он был уже дедушкой



Зигмунд Фрейд (1856–1939).

к моменту рождения Зигмунда. Когда Фрейду было четыре года, его семья в связи с финансовыми затруднениями перебралась в Вену. Фрейд постоянно жил в Вене, а в 1938 году, за год до смерти, он эмигрировал в Англию.

С самых первых классов Фрейд блестяще учился. Несмотря на ограниченные финансовые возможности, заставлявшие всю семью ютиться в тесной квартирке, у Фрейда была своя собственная комната и даже лампа с масляным фитилем, которой он пользовался во время занятий. Остальные члены семьи довольствовались свечами. Подобно другим молодым людям того времени, он получил классическое образование: изучал греческий и латынь, читал великих классических поэтов, драматургов и философов — Шекспира, Канта, Гегеля, Шопенгауэра и Ницше. Его любовь к чтению была так сильна, что долги в книжной лавке стремительно росли, а это не вызывало сочувствия у его отца, стесненного в средствах [Puner, 1947, p. 47]. Фрейд великолепно владел немецким языком и одно время получал призы за свои литературные победы. Он также бегло говорил на французском, английском, испанском и итальянском языках.

Фрейд вспоминал, что в детстве он часто мечтал стать генералом или министром. Однако, поскольку он был евреем, почти любая профессиональная карьера была для него закрыта, за исключением медицины и юриспуденции — так сильны были тогда антисемитские настроения. Фрейд выбрал медицину без особого желания. Он поступил на медицинский факультет Венского университета в 1873 году. Во время учебы он испытал на себе влияние знаменитого психолога Эрнста Брюкке. Брюкке выдвигал идею о том, что живые организмы представляют собой динамические энергетические системы, подчиняющиеся законам физической вселенной. Фрейд воспринял эти идеи со всей серьезностью, и позднее они получили свое развитие в его взглядах на динамику психического функционирования [Sulloway, 1979].

Честолюбие толкало Фрейда к совершению какого-нибудь открытия, которое принесло бы ему известность уже в студенческие годы. Он внес свой вклад в науку благодаря описанию новых свойств нервных клеток у золотых рыбок, а также подтверждению существования яичек у самцов угря. Однако наиболее важное его открытие состояло в том, что при лечении многих заболеваний может

быть использован кокаин. Он сам употреблял кокаин без каких-либо отрицательных последствий и пророчил этому веществу роль едва ли не панацеи, не говоря уже о его эффективности в качестве обезболивающего [Byck, 1974]. Позднее, когда стало известно о существовании наркотической зависимости от кокаина, энтузиазм Фрейда пошел на убыль [Ellenberger, 1970].

После получения медицинской степени в 1881 году Фрейд занял должность в Институте анатомии мозга и проводил сравнительные исследования мозга взрослого человека и плода. Его никогда не влекла практическая медицина, однако вскоре он оставил свою должность и стал практиковать приватно как невропатолог, преимущественно по той причине, что научная работа низко оплачивалась, а атмосфера антисемитизма не давала возможности продвижения по службе. Ко всему прочему, Фрейд влюбился и был вынужден осознать, что если он когда-нибудь вступит в брак, ему нужна будет хорошо оплачиваемая работа.

1885 год ознаменовался критическим поворотом в карьере Фрейда. Он получил исследовательскую стипендию, которая дала ему возможность поехать в Париж и в течение четырех месяцев стажироваться у Жана Шарко, одного из наиболее выдающихся неврологов того времени. Шарко изучал причины и лечение истерии — психического расстройства, проявлявшегося во множестве разнообразных соматических проблем. У пациентов, страдавших истерией, наблюдались такие симптомы, как паралич конечностей, слепота и глухота. Шарко, используя внушение в гипнотическом состоянии, мог как индуцировать, так и устранять многие из этих истерических симптомов. Хотя позднее Фрейд отвергал применение гипноза в качестве терапевтического метода, лекции Шарко и его клинические демонстрации произвели на него сильное впечатление. За время короткого пребывания в знаменитом госпитале Сальпетриер в Париже Фрейд из невролога стал психопатологом [Steele, 1982].

В 1886 году Фрейд женился на Марте Бернайс, с которой они прожили вместе более половины века. У них родились три дочери и три сына. Младшая дочь, Анна, последовала по стопам отца и со временем заняла лидирующее положение в психоаналитическом направлении как детский психоаналитик. В 80-е годы Фрейд начал сотрудничать с Иозефом Брейером, одним из наиболее известных венских врачей. Брейер к тому времени достиг определенного успеха в лечении пациентов с истерией благодаря применению метода свободных рассказов больных о своих симптомах. Брейер и Фрейд предприняли совместное исследование психологических причин истерии и методов терапии этого заболевания. Их работа завершилась публикацией книги «Исследования истерии» (1895), в которой они пришли к выводу о том, что причиной появления истерических симптомов являются подавленные воспоминания о травматических событиях. Дату этой знаменательной публикации иногда связывают с основанием психоанализа, однако наиболее творческий период в жизни Фрейда был еще впереди.

Личные и профессиональные отношения между Фрейдом и Брейером резко прервались примерно в то же время, когда была опубликована книга «Исследования истерии». Причины, по которым коллеги внезапно стали непримиримыми врагами, до сих пор не вполне ясны. Биограф Фрейда Эрнест Джонс утверждает, что Брейер категорически не соглашался с Фрейдом по вопросу о роли сексуальности в этиологии истерии, и это предопределило разрыв [Jones, 1953]. Другой исследователь [Steele, 1982] предполагает, что Брейер выступил в роли «отцовской фигуры» для более молодого Фрейда и его устранение было просто предначертано са-

мим ходом развития отношений вследствие эдипова комплекса у Фрейда. Каковы бы ни были причины, эти два человека никогда снова не встретились как друзья.

Утверждения Фрейда о том, что в основе истерии и других психических расстройств лежат проблемы, связанные с сексуальностью, привели к его исключению из Венского медицинского общества в 1896 году. К этому времени у Фрейда имелось крайне мало разработок (если они вообще были) того, что позднее получило известность как теория психоанализа. Более того, его оценка собственной личности и работы по наблюдениям Джонса была такова: «У меня довольно ограниченные способности или таланты — я не силен ни в естественных науках, ни в математике, ни в счете. Но то, чем я обладаю, пусть и в ограниченном виде, вероятно, развито очень интенсивно» [Jones, 1953, p. 119].

Промежуток между 1896 и 1900 годами был для Фрейда периодом одиночества, но одиночества очень продуктивного. В это время он начинает анализировать свои сновидения, а после смерти отца в 1896 году практикует самоанализ в течение получаса перед сном ежедневно. Его наиболее выдающийся труд «Толкование сновидений» (1900) основан на анализе собственных сновидений. Однако слава и признание были еще далеко. Для начала этот шедевр был проигнорирован психиатрическим сообществом, а Фрейд за свой труд получил лишь авторский гонорар в размере 209 долларов. Может показаться невероятным, но за восемь последующих лет ему удалось продать всего 600 экземпляров этого издания.

За пять лет после публикации «Толкования сновидений» престиж Фрейда вырос настолько, что он вошел в число врачей, пользующихся всемирной известностью. В 1902 году было основано общество «Психологические среды» (The Psychological Wednesday Society), которое посещал только избранный круг интеллектуальных последователей Фрейда. В 1908 году эта организация была переименована в Венское психоаналитическое общество. Многие из коллег Фрейда, бывшие членами этого общества, стали известными психоаналитиками, каждый в своем направлении: Эрнест Джонс, Шандор Ференци, Карл Густав Юнг, Альфред Адлер, Ганс Сакс и Отто Ранк. Позднее Адлер, Юнг и Ранк вышли из рядов последователей Фрейда и возглавили конкурирующие между собой научные школы.

Период с 1901 по 1905 год стал особенно творческим. Фрейд опубликовал несколько работ, в том числе «Психопатология обыденной жизни» (1901), «Три эссе о сексуальности» (1905a) и «Юмор и его отношение к бессознательному» (1905b). В «Трех эссе...» Фрейд выдвинул предположение о том, что дети рождаются с сексуальными побуждениями, а их родители предстают в роли первых сексуальных объектов. Общественное возмущение последовало незамедлительно и имело широкий резонанс. Фрейда заклеймили как страдающего сексуальными перверсиями, непристойного и безнравственного человека. Многие медицинские учреждения бойкотировались из-за их терпимости к идеям Фрейда о сексуальной жизни детей.

В 1909 году произошло событие, сдвинувшее психоаналитическое движение с мертвой точки относительной изоляции и открывшее ему путь к международному признанию. Г. Стэнли Холл пригласил Фрейда в Университет Кларка в Уорчестере, штат Массачусетс прочесть цикл лекций. Лекции были приняты очень хорошо, и Фрейд был награжден почетной степенью доктора. В то время его будущее выглядело весьма многообещающим. Он достиг значительной известности, пациенты со всего света записывались к нему на консультации. Но были и проблемы. Прежде всего он потерял практически все свои сбережения в 1919 году в связи

с войной. В 1920 году умерла его 26-летняя дочь. Но, возможно, наиболее тяжелым испытанием для него стал страх за судьбу двух сыновей, воевавших на фронте. Отчасти под влиянием атмосферы первой мировой войны и новой волны антисемитизма, в возрасте 64 лет Фрейд создал теорию об универсальном человеческом инстинкте — стремлении к смерти. Однако, невзирая на пессимизм в отношении будущего человечества, он продолжал четко формулировать свои идеи в новых книгах. Наиболее важными являются «Лекции по введению в психоанализ» (1920a), «По ту сторону принципа удовольствия» (1920b), «Я и Оно» (1923), «Будущее одной иллюзии» (1927), «Цивилизация и недовольные ею» (1930), «Новые лекции по введению в психоанализ» (1933) и «Очерк психоанализа», опубликованный посмертно в 1940 году. Фрейд был исключительно одаренным писателем, о чем свидетельствует награждение его Премией Гете по литературе в 1930 году.

Первая мировая война оказала огромное влияние на жизнь и представления Фрейда. Работа в клинике с госпитализированными солдатами расширила его понимание разнообразия и тонкости психопатологических проявлений. Усиление антисемитизма в 1930-х годах также оказало сильное влияние на его взгляды о социальной природе человека. В 1932 году он был постоянной мишенью для нападок гитлеровцев (в Берлине нацисты устроили несколько публичных сожжений его книг). Эти события Фрейд прокомментировал так: «Какой прогресс! В Средневековье сожгли бы меня самого, теперь же они довольствуются сожжением моих книг» [Jones, 1957, p. 182]. Только благодаря дипломатическим усилиям влиятельных граждан Вены ему было разрешено покинуть этот город, вскоре после вторжения нацистов в 1938 году.

Последние годы жизни Фрейда были тяжелыми. С 1923 года он страдал распространяющейся раковой опухолью глотки и челюсти (Фрейд выкуривал ежедневно 20 кубинских сигар), но упорно отказывался от лекарственной терапии, за исключением небольших доз аспирина. Он настойчиво работал, несмотря на то, что перенес 33 тяжелые операции, которые должны были остановить распространение опухоли (из-за этого он был вынужден носить неудобный протез, заполнявший образовавшееся свободное пространство между носовой и ротовой полостями, и поэтому временами не мог говорить). Его ожидало еще одно испытание на стойкость: во время гитлеровской оккупации Австрии в 1938 году его дочь Анна была арестована гестапо. Только благодаря случайности ей удалось освободиться и воссоединиться со своей семьей в Англии.

Фрейд умер 23 сентября 1939 года в Лондоне, где он оказался как перемещенный еврейский эмигрант. Тем, кто захочет больше узнать о его жизни, мы рекомендуем трехтомную биографию, написанную его другом и коллегой Эрнестом Джонсом «Жизнь и творчество Зигмунда Фрейда» (1953, 1955, 1957). Опубликованное в Англии издание собраний сочинений Фрейда в двадцати четырех томах распространилось по всему миру. Получить дополнительные сведения о личной жизни Фрейда читатели смогут из следующих работ: Clark, 1980; Isbister, 1985 и Vitz, 1988.

ПСИХОАНАЛИЗ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

Термин «психоанализ» имеет три значения: 1) теория личности и психопатологии, 2) метод терапии личностных расстройств и 3) метод изучения неосознанных мыслей и чувств индивидуума. Это соединение теории с терапией и с оцен-

кой личности пронизывает все аспекты представлений Фрейда о человеческом поведении. Однако под всеми этими хитросплетениями и сложностями лежит относительно небольшое число исходных концепций и принципов, в которых отражается психоаналитический подход Фрейда к личности. Рассмотрим сначала его взгляды на организацию психики, которую часто называют «топографической моделью» Фрейда.

Уровни сознания: топографическая модель

В течение длительного периода развития психоанализа Фрейд применял *топографическую модель* личностной организации. Согласно этой модели, в психической жизни можно выделить три уровня: сознание, предсознательное и бессознательное. Рассматривая их в единстве, Фрейд использовал эту «психическую карту», чтобы показать степень осознаваемости таких психических явлений, как мысли и фантазии.

Уровень *сознания* состоит из ощущений и переживаний, которые вы осознаете в данный момент времени. Например, сейчас ваше сознание может вмещать в себя мысли авторов, написавших этот текст, а также смутное ощущение надвигающегося голода. Фрейд настаивал на том, что только незначительная часть психической жизни (мысли, восприятие, чувства, память) входит в сферу сознания. Что бы в данный момент времени ни переживалось в сознании человека, это следует рассматривать как результат процесса избирательной сортировки, в значительной степени регулируемого внешними сигналами. Более того, определенное содержание осознается лишь в течение короткого периода времени, а затем быстро погружается на уровень предсознательного или бессознательного по мере того, как внимание человека перемещается на другие сигналы. Сознание охватывает только малый процент всей информации, хранящейся в мозге.

Область *предсознательного*, иногда называемая «доступной памятью», включает в себя весь опыт, который не осознается в данный момент, но может легко вернуться в сознание или спонтанно, или в результате минимального усилия. Например, вы можете вспомнить все, что вы делали в прошлую субботу вечером; все города, в которых вам довелось жить; свои любимые книги или аргумент, который вы высказали вчера своему другу. С точки зрения Фрейда, предсознательное наводит мосты между осознаваемыми и неосознаваемыми областями психического.

Самая глубокая и значимая область человеческого разума — это *бессознательное*. Бессознательное представляет собой хранилище примитивных инстинктивных побуждений плюс эмоции и воспоминания, которые настолько угрожают сознанию, что были подавлены или вытеснены в область бессознательного. Примерами того, что может быть обнаружено в бессознательном, служат забытые травмы детства, скрытые враждебные чувства к родителю и подавленные сексуальные желания, которые вы не осознаете. Согласно Фрейду, такой неосознаваемый материал во многом определяет наше повседневное функционирование.

Фрейд не первым обратил внимание на значение бессознательных процессов в поведении человека. Некоторые философы XVIII и XIX веков предполагали, что основное содержание внутреннего мира не доступно для осознания [Ellenberger, 1970]. Однако, в отличие от своих идейных предшественников, Фрейд придал

концепции бессознательной жизни эмпирический статус. В частности, он подчеркивал, что бессознательное следует рассматривать не как гипотетическую абстракцию, а скорее, как реальность, которую можно продемонстрировать и проверить. Фрейд твердо верил в то, что действительно значимые аспекты поведения человека оформляются и направляются импульсами и побуждениями, всецело находящимися вне сферы сознания. Эти влияния не только не осознаются, но, более того, если они начинают осознаваться или открыто выражаться в поведении, это встречает сильное внутреннее сопротивление индивидуума. Неосознанные переживания, в отличие от предсознательных, полностью недоступны для осознания, но они в значительной степени определяют действия людей. Однако неосознанный материал может выразиться в замаскированной или символической форме, подобно тому, как неосознаваемые инстинктивные побуждения косвенно находят удовлетворение в снах, фантазиях, игре и работе. Эту догадку Фрейд использовал в своей работе с больными.

Структура личности

Концепция неосознаваемых психических процессов являлась центральной в раннем описании личностной организации. Однако в начале 20-х годов Фрейд пересмотрел свою концептуальную модель психической жизни и ввел в анатомию личности три основные структуры: *ид, эго* и *суперэго*. Данное трехчастное деление личности известно как *структурная модель* психической жизни, хотя Фрейд полагал, что эти составляющие следует рассматривать скорее как некие процессы, чем как особые «структуры» личности. Фрейд понимал, что предложенные им конструкты гипотетичны, поскольку уровень развития нейроанатомии в то время не был достаточным для того, чтобы определить их локализацию в центральной нервной системе. Взаимосвязь между этими личностными структурами и уровнями сознания (то есть, топографическая модель) изображена в виде диаграммы на рис. 3–1. На рисунке показано, что сфера ид полностью неосознаваема, в то время как эго и суперэго действуют на всех трех уровнях сознания. Сознание охватывает все три личностные структуры, хотя основная его часть сформирована импульсами, исходящими от ид.

Ид. Слово «ид» происходит от латинского «оно» и, по Фрейду, означает исключительно примитивные, инстинктивные и врожденные аспекты личности. Ид функционирует целиком в бессознательном и тесно связано с инстинктивными биологическими побуждениями (еда, сон, дефекация, копуляция), которые наполняют наше поведение энергией. Согласно Фрейду, ид — нечто темное, биологическое, хаотичное, не знающее законов, не подчиняющееся правилам. Ид сохраняет свое центральное значение для индивидуума на протяжении всей его жизни. Будучи примитивным в своей основе, оно свободно от всяких ограничений. Являясь самой старой исходной структурой психики, ид выражает первичный принцип всей человеческой жизни — немедленную разрядку психической энергии, производимой биологически обусловленными побуждениями (особенно сексуальными и агрессивными). Последние, когда они сдерживаются и не находят разрядки, создают напряжение в личностном функционировании. Немедленная разрядка напряжения получила название *принцип удовольствия*. Ид подчиняется этому

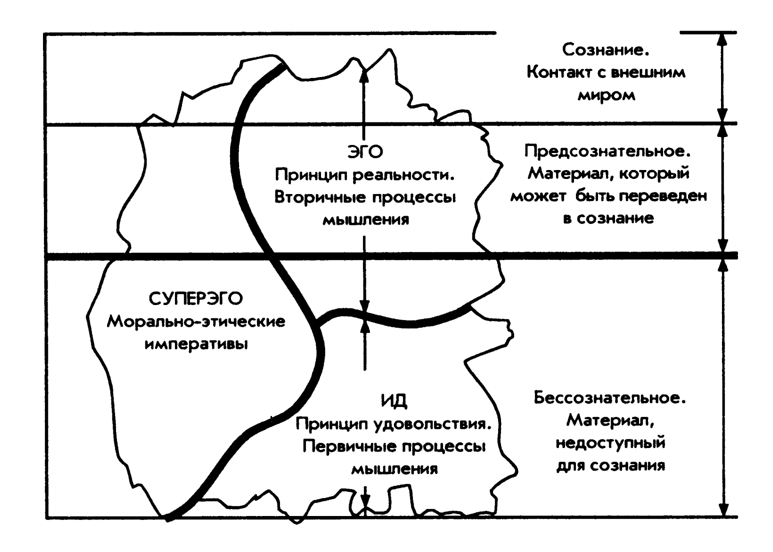


Рис. 3–1. *Связь структурной модели с уровнями сознания.*

принципу, выражая себя в импульсивной, иррациональной и нарциссической (преувеличенно себялюбивой) манере, невзирая на последствия для других или вопреки самосохранению. Поскольку ид не ведает страха или тревоги, оно не прибегает к предосторожностям в выражении своей цели — этот факт может, как полагал Фрейд, представлять опасность для индивидуума и для общества. Иначе говоря, ид можно сравнить со слепым королем, чья брутальная власть и авторитет заставляют подчиняться, но, чтобы реализовать власть, он вынужден опираться на своих подданных.

Фрейд рассматривал ид в качестве посредника между соматическими и психическими процессами в организме. Он писал, что оно «прямо связано с соматическими процессами, проистекает из инстинктивных потребностей и сообщает им психическую экспрессию, но мы не можем сказать, в каком субстрате осуществляется эта связь» [Freud, 1915–1917, p. 104]. Ид выполняет роль резервуара для всех примитивных инстинктивных побуждений и черпает свою энергию прямо из телесных процессов.

Фрейд описал два механизма, посредством которых ид избавляет личность от напряжения: *рефлекторные действия* и *первичные процессы*. В первом случае ид отвечает автоматически на сигналы возбуждения и, таким образом, сразу снимает напряжение, вызываемое раздражителем. Примеры подобных врожденных рефлекторных механизмов — кашель в ответ на раздражение верхних дыхательных путей и слезы, когда в глаз попадает соринка. Однако надо признать, что рефлекторные действия не всегда снижают уровень раздражения или напряжения. Так, ни одно рефлекторное движение не даст возможности голодному ребенку достать пищу. Когда рефлекторное действие не может снизить напряжение, вступает в действие другая функция ид, называемая первичным процессом представления. Ид формирует психический образ объекта, первоначально связанного

с удовлетворением основной потребности. В примере с голодным ребенком данный процесс может вызвать образ материнской груди или бутылочки молока. Другие примеры первичного процесса представления обнаруживаются в сновидениях, галлюцинациях или психозах, а также в психической деятельности новорожденных младенцев.

Первичные процессы — нелогичная, иррациональная и фантазийная форма человеческих представлений, характеризующаяся неспособностью подавлять импульсы и различать реальное и нереальное, «себя» и «не-себя». Трагедия поведения в соответствии с первичным процессом заключается в том, что индивидуум не может проводить различия между актуальным объектом, способным удовлетворять потребность, и его образом (например, между водой и миражом воды для человека, бредущего по пустыне). Такого рода смешение может привести к смертельному исходу, если не появятся какие-нибудь внешние источники удовлетворения потребности. Поэтому, утверждал Фрейд, для младенца является невыполнимой задача научиться откладывать удовлетворение первичных потребностей. Способность к отсроченному удовлетворению впервые возникает, когда маленькие дети усваивают, что, помимо их собственных нужд и желаний, есть еще и внешний мир. С появлением этого знания возникает вторая структура личности, эго.

Эго (от лат. «ego» — «я») — это компонент психического аппарата, ответственный за принятие решений. Эго стремится выразить и удовлетворить желания ид в соответствии с ограничениями, налагаемыми внешним миром. Эго получает свою структуру и функцию от ид, эволюционирует из него и заимствует часть энергии ид для своих нужд, чтобы отвечать требованиям социальной реальности. Таким образом, эго помогает обеспечивать безопасность и самосохранение организма. В борьбе за выживание как против внешнего социального мира, так и инстинктивных потребностей ид, эго должно постоянно осуществлять дифференциацию между событиями в психическом плане и реальными событиями во внешнем мире. Например, голодный человек в поисках еды должен различать образ пищи, возникающий в представлении, и образ пищи в реальности, если ему хочется снять напряжение. То есть он или она должны научиться доставать и потреблять пищу прежде, чем напряжение снизится. Эта цель достигается при помощи определенных действий, дающих ид возможность выражать свои инстинктивные потребности в соответствии с нормами и этикой социального мира — искусство не всегда достижимое. Эта цель заставляет человека учиться, думать, рассуждать, воспринимать, решать, запоминать и т. д. Соответственно эго использует когнитивные и перцептивные стратегии в своем стремлении удовлетворять желания и потребности ид.

В отличие от ид, природа которого выражается в поиске удовольствия, эго подчиняется *принципу реальности*, цель которого — сохранение целостности организма путем отсрочки удовлетворения инстинктов до того момента, когда будет найдена возможность достичь разрядки подходящим способом и/или будут найдены соответствующие условия во внешней среде. Принцип реальности дает возможность индивидууму тормозить, переадресовывать или постепенно давать выход грубой энергии ид в рамках социальных ограничений и совести индивидуума. Например, выражение сексуальной потребности откладывается до тех пор, пока не появится подходящий объект и обстоятельства. Итак, когда объект и

условия идеальны, поведением управляет принцип удовольствия. Принцип реальности вносит в наше поведение меру разумности. Эго, по контрасту с ид, различает реальность и фантазию, выдерживает умеренное напряжение, меняется в зависимости от нового опыта и участвует в рациональной познавательной деятельности. Опираясь на силу логического мышления, которое Фрейд называл *вторичным процессом*, эго способно направлять поведение в нужное русло, чтобы инстинктивные потребности удовлетворялись безопасным для самого индивидуума и для других людей образом. Таким образом, эго является «исполнительным органом» личности и областью протекания интеллектуальных процессов и решения проблем. Как будет показано в дальнейшем, одной из основных целей психоаналитической терапии является высвобождение некоторого количества энергии эго, чтобы стало возможным решение проблем на более высоких уровнях функционирования психики.

Суперэго. Для того, чтобы человек эффективно функционировал в обществе, он должен иметь систему ценностей, норм и этики, разумно совместимых с теми, что приняты в его окружении. Все это приобретается в процессе «социализации»; на языке структурной модели психоанализа — посредством формирования суперэго (от лат. «super» — «сверх» и «ego» — «я»).

Суперэго — последний компонент развивающейся личности, представляющий интернализованную версию общественных норм и стандартов поведения. С точки зрения Фрейда, организм человека не рождается с суперэго. Скорее, дети должны обретать его, благодаря взаимодействию с родителями, учителями и другими «формирующими» фигурами. Будучи морально-этической силой личности, суперэго является следствием продолжительной зависимости ребенка от родителей. Формально оно появляется тогда, когда ребенок начинает различать «правильно» и «неправильно»; узнает, что хорошо и что плохо, нравственно или безнравственно (примерно в возрасте от трех до пяти лет). Первоначально суперэго отражает только родительские ожидания относительно того, что представляет собой хорошее и плохое поведение. Каждый поступок ребенок учится приводить в соответствие с этими ограничениями, чтобы избежать конфликта и наказания. Однако по мере того, как социальный мир ребенка начинает расширяться (благодаря школе, религии и группам сверстников), сфера суперэго увеличивается до пределов того поведения, которое считают приемлемым эти новые группы. Можно рассматривать суперэго как индивидуализированное отражение «коллективной совести» социума, хотя восприятие ребенком реальных ценностей общества может быть искаженным.

Фрейд разделил суперэго на две подсистемы: *совесть* и *эго-идеал*. Совесть приобретается посредством родительских наказаний. Она связана с такими поступками, которые родители называют «непослушным поведением» и за которые ребенок получает выговор. Совесть включает способность к критической самооценке, наличие моральных запретов и возникновение чувства вины у ребенка, когда он не сделал того, что должен был сделать. Поощрительный аспект суперэго — это эго-идеал. Он формируется из того, что родители одобряют или высоко ценят; он ведет индивидуума к установлению для себя высоких стандартов. И, если цель достигнута, это вызывает чувство самоуважения и гордости. Например, ребенок, которого поощряют за успехи в школе, будет всегда гордиться своими академическими достижениями.

Суперэго считается полностью сформировавшимся, когда родительский контроль заменяется самоконтролем. Однако этот принцип самоконтроля не служит целям принципа реальности. Суперэго, пытаясь полностью затормозить любые общественно осуждаемые импульсы со стороны ид, пытается направлять человека к абсолютному совершенству в мыслях, словах и поступках. Короче говоря, оно пытается убедить эго в преимуществе идеалистических целей над реалистичными.

ИНСТИНКТЫ — ДВИЖУЩАЯ СИЛА ПОВЕДЕНИЯ

Психоаналитическая теория основывается на представлении, согласно которому люди являются сложными энергетическими системами. Сообразуясь с достижениями физики и физиологии XIX века, Фрейд считал, что поведение человека активируется единой энергией, согласно закону сохранения энергии (то есть она может переходить из одного состояния в другое, но количество ее остается при этом тем же самым). Фрейд взял этот общий принцип природы, перевел его на язык психологических терминов и заключил, что источником психической энергии является нейрофизиологическое состояние возбуждения. Далее он постулировал: у каждого человека имеется определенное ограниченное количество энергии, питающей психическую активность; цель любой формы поведения индивидуума состоит в уменьшении напряжения, вызываемого неприятным для него скоплением этой энергии. Например, если значительная часть вашей энергии расходуется на постижение смысла того, что написано на этой странице, то ее не хватит на другие виды психической активности — на то, чтобы помечтать или посмотреть телевизионную передачу. Аналогично, причиной, заставляющей вас читать эти строки, может служить стремление ослабить напряжение, вызванное необходимостью сдавать экзамен на следующей неделе.

Таким образом, согласно теории Фрейда, мотивация человека полностью основана на энергии возбуждения, производимого телесными потребностями. По его убеждению, основное количество психической энергии, вырабатываемой организмом, направляется на умственную деятельность, которая позволяет снижать уровень возбуждения, вызванного потребностью. По Фрейду, психические образы телесных потребностей, выраженные в виде желаний, называются *инстинктами*. В инстинктах проявляются врожденные состояния возбуждения на уровне организма, требующие выхода и разрядки. Фрейд утверждал, что любая активность человека (мышление, восприятие, память и воображение) определяется инстинктами. Влияние последних на поведение может быть как прямым, так и непрямым, замаскированным. Люди ведут себя так или иначе потому, что их побуждает бессознательное напряжение — их действия служат цели уменьшения этого напряжения. Инстинкты как таковые являются «конечной причиной любой активности» [Freud, 1940, p. 5].

Сущность жизни и смерти

Хотя количество инстинктов может быть неограниченным, Фрейд признавал существование двух основных групп: инстинктов *жизни* и *смерти*. Первая группа (под общим названием *Эрос*) включает все силы, служащие цели поддержания

жизненно важных процессов и обеспечивающие размножение вида. Признавая большое значение инстинктов жизни в физической организации индивидуумов, наиболее существенными для развития личности Фрейд считал сексуальные инстинкты. Энергия сексуальных инстинктов получила название *либидо* (от лат. «хотеть» или «желать»), или *энергия либидо* — термин, употребляющийся в значении энергии жизненных инстинктов в целом. Либидо — это определенное количество психической энергии, которая находит разрядку исключительно в сексуальном поведении.

Фрейд полагал, что существует не один сексуальный инстинкт, а несколько. Каждый из них связан с определенным участком тела, называемым *эрогенной зоной*. В каком-то смысле все тело представляет собой одну большую эрогенную зону, но психоаналитическая теория особо выделяет рот, анус и половые органы. Фрейд был убежден в том, что эрогенные зоны являются потенциальными источниками напряжения и что манипуляции в области этих зон ведут к снижению напряжения и вызывают приятные ощущения. Так, кусание или сосание вызывает оральное удовольствие, опорожнение кишечника ведет к анальному удовлетворению, а мастурбация дает генитальное удовлетворение.

Вторая группа — инстинкты смерти, называемые *Танатос*, — лежит в основе всех проявлений жестокости, агрессии, самоубийств и убийств. В отличие от энергии либидо, как энергии инстинктов жизни, энергия инстинктов смерти не получила особого наименования. Однако Фрейд считал их биологически обусловленными и такими же важными в регуляции человеческого поведения, как и инстинкты жизни. Он полагал, что инстинкты смерти подчиняются принципу *энтропии* (то есть закону термодинамики, согласно которому любая энергетическая система стремится к сохранению динамического равновесия). Ссылаясь на Шопенгауэра, Фрейд утверждал: «Целью жизни является смерть» [Freud, 1920b, p. 38]. Тем самым он хотел сказать, что всем живым организмам присуще компульсивное стремление вернуться в неопределенное состояние, из которого они вышли. То есть Фрейд верил в то, что людям присуще стремление к смерти. Острота данного утверждения, однако, несколько смягчается тем фактом, что современные психоаналитики не уделяют такого внимания инстинкту смерти. Вероятно, это наиболее спорный и наименее разделяемый другими аспект теории Фрейда.

Что собой представляют инстинкты в действительности

Любой инстинкт имеет четыре характеристики: источник, цель, объект и стимул. *Источник* инстинкта — состояние организма или потребность, вызывающая это состояние. Источники инстинктов жизни описывает нейрофизиология (например, голод или жажда). Четкого определения инстинктов смерти Фрейд не дал. *Цель* инстинкта всегда состоит в устранении или редукции возбуждения, вызванного потребностью. Если цель достигнута, человек испытывает кратковременное состояние блаженства. Хотя существует много способов достижения инстинктивной цели, наблюдается тенденция к поддержанию состояния возбуждения на некоем минимальном уровне (согласно принципу удовольствия).

Объект означает любого человека, предмет в окружающей среде или что-то в собственном теле индивидуума, обеспечивающее удовлетворение (то есть цель) инстинкта. Действия, ведущие к инстинктивному удовольствию, не обязательно

всегда одни и те же. Фактически, объект может меняться на протяжении жизни. Кроме гибкости в выборе объектов, индивидуумы способны откладывать разрядку энергии инстинкта на продолжительные отрезки времени.

Практически любой поведенческий процесс в психоаналитической теории может быть описан в терминах: 1) привязки, или направления энергии на объект (*катексис*); 2) препятствия, мешающего удовлетворению инстинкта (*антикатексис*). Примером катексиса может служить эмоциональная привязанность к другим людям (то есть перенос на них энергии), увлеченность чьими-то мыслями или идеалами. Антикатексис проявляется во внешних или внутренних барьерах, препятствующих немедленному ослаблению инстинктивных потребностей. Таким образом, взаимодействие между выражением инстинкта и его торможением, между катексисом и антикатексисом составляет главный бастион психоаналитического построения системы мотивации.

Наконец, *стимул* представляет собой количество энергии, силы или давления, которое требуется для удовлетворения инстинкта. Оно может быть оценено косвенным образом путем наблюдения количества и видов препятствий, которые предстоит преодолеть человеку в поисках конкретной цели.

Ключом к пониманию динамики энергии инстинктов и ее выражения в выборе объектов является понятие *смещенной активности*. Согласно этой концепции, высвобождение энергии и ослабление напряжения происходит благодаря смене поведенческой активности. Смещенная активность имеет место тогда, когда по каким-то причинам выбор нужного объекта для удовлетворения инстинкта невозможен. В подобных случаях инстинкт может сместиться и, таким образом, сфокусировать свою энергию на каком-нибудь другом объекте. Рассмотрим следующую не столь уж редкую ситуацию. Ваш начальник запугал вас мерами, которые последуют, если вы не выполните свою работу. Вы приходите домой, хлопаете дверью, пинаете собаку и кричите на своего супруга. Что произошло? Вы выместили свою злость на объектах, не имеющих прямого отношения к вашему состоянию; это было непрямое выражение эмоций.

Фрейд считал, что многие социально-психологические феномены можно понять в контексте смещения двух первичных инстинктов: сексуального и агрессивного. Например, социализацию ребенка можно частично объяснить как результат последовательного смещения сексуальной потребности от одного объекта к другому, как того требуют родители и общество. Сходным образом расовые предрассудки и войны могут быть объяснены смещением агрессивных побуждений. Согласно Фрейду, все устройство современной цивилизации (искусство, музыка, литература) является продуктом смещения сексуальной и агрессивной энергии. Не имея возможности получать удовольствие прямо и немедленно, люди научились смещать свою инстинктивную энергию на других людей, другие предметы и другую деятельность, вместо тех, которые предназначались для прямой разрядки напряжения. Таким образом появляются сложные религиозные, политические, экономические и другие институты.

РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ: ПСИХОСЕКСУАЛЬНЫЕ СТАДИИ

Психоаналитическая теория развития основывается на двух предпосылках. Первая, или *генетическая* предпосылка, делает упор на том, что переживания раннего детства играют критическую роль в формировании взрослой личности. Фрейд

был убежден в том, что основной фундамент личности индивидуума закладывается в очень раннем возрасте, до пяти лет. Вторая предпосылка состоит в том, что человек рождается с определенным количеством сексуальной энергии (либидо), которая затем проходит в своем развитии через несколько *психосексуальных стадий*, коренящихся в инстинктивных процессах организма.

Фрейду принадлежит гипотеза о четырех последовательных стадиях развития личности: *оральной, анальной, фаллической* и *генитальной*. В общую схему развития Фрейд включил и *латентный период*, приходящийся в норме на промежуток между 6–7-м годами жизни ребенка и началом половой зрелости. Но, строго говоря, латентный период — это не стадия. Первые три стадии развития охватывают возраст от рождения до пяти лет и называют *прегенитальными* стадиями, поскольку зона половых органов еще не приобрела главенствующей роли в становлении личности. Четвертая стадия совпадает с началом пубертата. Наименования стадий основаны на названиях областей тела, стимуляция которых приводит к разрядке энергии либидо. В табл. 3–1 дается описание стадий психосексуального развития по Фрейду.

Так как Фрейд делал основной акцент на биологических факторах, все стадии тесно связаны с эрогенными зонами, то есть чувствительными участками тела, которые функционируют как локусы выражения побуждений либидо. Эрогенные зоны включают уши, глаза, рот (губы), молочные железы, анус и половые органы.

В термине «психосексуальный» подчеркивается, что главным фактором, определяющим развитие человека, является *сексуальный инстинкт*, прогрессирующий от одной эрогенной зоны к другой в течение жизни человека. Согласно теории Фрейда, на каждой стадии развития определенный участок тела стремится к определенному объекту или действиям, чтобы вызвать приятное напряжение. Психосексуальное развитие — это биологически детерминированная последовательность, развертывающаяся в неизменном порядке и присущая всем людям, независимо от их культурного уровня. Социальный опыт индивидуума, как правило, привносит в каждую стадию определенный долговременный вклад в виде приобретенных установок, черт и ценностей.

Таблица 3–1. **Стадии психосексуального развития по Фрейду**

Стадия	Возрастной период	Зона сосредоточения либидо	Задачи и опыт, соответствующие данному уровню развития
Оральная	0–18 месяцев	Рот (сосание, кусание, жевание)	Отвыкание (от груди или рожка). Отделение себя от материнского тела
Анальная	$1\frac{1}{2}$–3 года	Анус (удержание или выталкивание фекалий)	Приучение к туалету (самоконтроль)
Фаллическая	3–6 лет	Половые органы (мастурбация)	Идентификация со взрослыми того же пола, выступающими в роли образца для подражания
Латентная	6–12 лет	Отсутствует (сексуальное бездействие)	Расширение социальных контактов со сверстниками
Генитальная	Пубертат (половое созревание)	Половые органы (способность к гетеросексуальным отношениям)	Установление интимных отношений или влюбленность; внесение своего трудового вклада в общество

Логика теоретических построений Фрейда основывается на двух факторах: *фрустрации* и *сверхзаботливости*. В случае фрустрации психосексуальные потребности ребенка (например, сосание, кусание или жевание) пресекаются родителями или воспитателями и поэтому не находят оптимального удовлетворения. При сверхзаботливости со стороны родителей ребенку предоставляется мало возможностей (или их вовсе нет) самому управлять своими внутренними функциями (например, осуществлять контроль над выделительными функциями). По этой причине у ребенка формируется чувство зависимости и некомпетентности. В любом случае, как полагал Фрейд, в результате происходит чрезмерное скопление либидо, что впоследствии, в зрелые годы может выразиться в виде «остаточного» поведения (черты характера, ценности, установки), связанного с той психосексуальной стадией, на которую пришлись фрустрация или сверхзаботливость.

Важным понятием в психоаналитической теории является понятие *регрессии*, то есть возврат на более раннюю стадию психосексуального развития и проявление ребячливого поведения, характерного для этого более раннего периода. Например, взрослый человек в ситуации сильного стресса может регрессировать, и это будет сопровождаться слезами, сосанием пальца, желанием выпить что-нибудь «покрепче». Регрессия — это особый случай того, что Фрейд называл *фиксацией* (задержка или остановка развития на определенной психосексуальной стадии). Последователи Фрейда рассматривают регрессию и фиксацию как взаимодополняющие явления; вероятность наступления регрессии зависит в основном от силы фиксации [Fenichel, 1945]. Фиксация представляет собой неспособность продвижения от одной психосексуальной стадии к другой; она приводит к чрезмерному выражению потребностей, характерных для той стадии, где произошла фиксация. Например, упорное сосание пальца у десятилетнего мальчика является признаком оральной фиксации. В данном случае энергия либидо проявляется в активности, свойственной более ранней стадии развития. Чем хуже человек справляется с освоением требований и задач, выдвигаемых тем или иным возрастным периодом, тем более он подвержен регрессии в условиях эмоционального или физического стресса в будущем. Таким образом, структура личности каждого индивидуума характеризуется в категориях соответствующей стадии психосексуального развития, которой он достиг или на которой у него произошла фиксация. С каждой из психосексуальных стадий развития связаны различные типы характера, которые мы вскоре рассмотрим. А сейчас обратимся к характеристикам, выдвинутым Фрейдом на первый план в развитии личности.

Оральная стадия

Оральная стадия длится от рождения приблизительно до 18-месячного возраста. Выживание младенца всецело зависит от тех, кто о нем заботится. Зависимость для него — единственный способ получения инстинктивного удовлетворения. В этот период область рта наиболее тесно связана и с удовлетворением биологических потребностей, и с приятными ощущениями. Младенцы получают питание путем сосания груди или из рожка; в то же время сосательные движения доставляют удовольствие. Поэтому полость рта — включая губы, язык и связанные с ними структуры — становится главным средоточием активности и интереса мла-



На оральной стадии психосексуального развития главным источником удовольствия является сосание, кусание и глотание. Эти действия (связанные с кормлением грудью) снижают напряжение у младенца. (Joel Gordon)

денца. Фрейд был убежден в том, что рот остается важной эрогенной зоной в течение всей жизни человека. Даже в зрелости наблюдаются остаточные проявления орального поведения в виде употребления жевательной резинки, обкусывания ногтей, курения, поцелуев и переедания — всего того, что фрейдисты рассматривают как привязанность либидо к оральной зоне.

В концепции развития Фрейда удовольствие и сексуальность тесно переплетаются. В этом контексте сексуальность понимается как состояние возбуждения, сопровождающее процесс насыщения у младенца. Соответственно, первыми объектами — источниками удовольствия становятся для него материнская грудь или рожок, а первым участком тела, где локализовано наслаждение, вызываемое уменьшением напряжения, является рот. Сосание и глотание выступают в качестве прототипов каждого акта сексуального удовлетворения в будущем. Главная задача, стоящая перед младенцем в течение этого орально-зависимого периода, состоит в закладке основных установок (конечно, в виде их рудиментарных проявлений) зависимости, независимости, доверия и опоры в отношении других людей. Поскольку младенец изначально не способен отличать свое собственное тело от материнской груди, в процессе сосания он испытывает смешанное ощущение насыщения и нежности. Это смешение объясняется эгоцентризмом младенца. Со временем материнская грудь утратит значение объекта любви и будет замещена частью его собственного тела. Он будет сосать свой палец или язык, чтобы уменьшить напряжение, вызванное недостатком постоянной материнской заботы.

Оральная стадия заканчивается, когда прекращается кормление грудью. Согласно центральной предпосылке психоаналитической теории, все младенцы испытывают определенные трудности, связанные с отлучением от материнской груди или отнятием рожка, потому что это лишает их соответствующего удовольствия. Чем больше эти трудности, то есть чем сильнее концентрация либидо на оральной стадии, тем сложнее будет справляться с конфликтами на следующих стадиях.

Фрейд выдвинул постулат, согласно которому у ребенка, который получал чрезмерную или недостаточную стимуляцию в младенчестве, скорее всего сформируется в дальнейшем *орально-пассивный* тип личности. Человек с орально-

пассивным типом личности — веселый и оптимистичный, ожидает от окружающего мира «материнского» отношения к себе и постоянно ищет одобрения любой ценой. Его психологическая адаптация заключается в доверчивости, пассивности, незрелости и чрезмерной зависимости.

В течение второй половины первого года жизни начинается вторая фаза оральной стадии — *орально-агрессивная*, или *орально-садистическая* фаза. Теперь у младенца появляются зубы, благодаря чему кусание и жевание становятся важными средствами выражения состояния фрустрации, вызванной отсутствием матери или отсрочкой удовлетворения. Фиксация на орально-садистической стадии выражается у взрослых в таких чертах личности как любовь к спорам, пессимизм, саркастические «подкусывания», а также часто в циничном отношении ко всему окружающему. Людям с этим типом характера, кроме того, свойственно эксплуатировать других людей и доминировать над ними с целью удовлетворения собственных нужд.

Анальная стадия

Анальная стадия начинается в возрасте около 18 месяцев и продолжается до третьего года жизни. В течение этого периода маленькие дети получают значительное удовольствие от задерживания и выталкивания фекалий. Они постепенно научаются усиливать удовольствие путем отсрочки опорожнения кишечника (то есть допуская небольшое давление, вызывающее напряжение в области прямой кишки



На анальной стадии психосексуального развития главным источником удовольствия является процесс дефекации. Согласно Фрейду, приучение к туалету представляет собой первую попытку ребенка контролировать инстинктивные импульсы.
(Jock Pottle/Design Conceptions)

и анального сфинктера). Хотя контроль над кишечником и мочевым пузырем является в основном следствием нервно-мышечной зрелости, Фрейд был убежден в том, что способ, каким родители или заменяющие их фигуры приучают ребенка к туалету, оказывает влияние на его более позднее личностное развитие. С самого начала приучения к туалету ребенок должен учиться разграничивать требования ид (удовольствие от немедленной дефекации) и социальные ограничения, исходящие от родителей (самостоятельный контроль над экскреторными потребностями). Фрейд утверждал, что все будущие формы самоконтроля и саморегуляции берут начало в анальной стадии.

Фрейд выделял две основные родительские тактики, наблюдаемые в процессе преодоления неизбежной фрустрации, связанной с приучением ребенка к туалету. Некоторые родители ведут себя в этих ситуациях негибко и требовательно, настаивая, чтобы их ребенок «сейчас же сходил на горшок». В ответ на это ребенок может отказаться выполнять приказания «мамочки» и «папочки», и у него начнутся запоры. Если подобная тенденция «удерживания» становится чрезмерной и распространяется на другие виды поведения, у ребенка может сформироваться *анально-удерживающий* тип личности. Анально-удерживающий взрослый необычайно упрям, скуп, методичен и пунктуален. У этого человека также наблюдается недостаточная способность переносить беспорядок, неразбериху и неопределенность. Второй отдаленный результат анальной фиксации, обусловленной родительской строгостью в отношении туалета — это ***анально-выталкивающий тип***. Черты данного типа личности включают склонность к разрушению, беспокойство, импульсивность и даже садистическую жестокость. В любовных отношениях в зрелом возрасте такие индивидуумы чаще всего воспринимают партнеров в первую очередь как объекты обладания.

Некоторые родители, наоборот, поощряют своих детей к регулярному опорожнению кишечника и щедро хвалят их за это. С точки зрения Фрейда, подобный подход, поддерживающий старания ребенка контролировать себя, воспитывает позитивную самооценку и даже может способствовать развитию творческих способностей.

Фаллическая стадия

Между тремя и шестью годами интересы ребенка, обусловленные либидо, сдвигаются в новую эрогенную зону, в область гениталий. На протяжении *фаллической стадии* психосексуального развития дети могут рассматривать и исследовать свои половые органы, мастурбировать и проявлять заинтересованность в вопросах, связанных с рождением и половыми отношениями. Хотя их представления о взрослой сексуальности обычно смутны, ошибочны и весьма неточно сформулированы, Фрейд полагал, что большинство детей понимают суть сексуальных отношений более ясно, чем предполагают родители. Дети могут оказаться свидетелями полового акта родителей, или, возможно, они рисуют «первичную» сцену в своих фантазиях, основываясь на каких-то репликах родителей или на объяснениях других детей. Большинство детей, по мнению Фрейда, понимают половой акт как агрессивные действия отца по отношению к матери. Следует подчеркнуть, что данное им описание этой стадии оказалось предметом серьезных споров и недопонимания. К тому же многие родители не могут допустить и мысли о том, что у их четырехлетних детей могут оказаться сексуальные побуждения.

Доминирующий конфликт на фаллической стадии состоит в том, что Фрейд назвал *эдиповым комплексом* (аналогичный конфликт у девочек получил название *комплекса Электры*). Описание этого комплекса Фрейд заимствовал из трагедии Софокла «Царь Эдип», в которой Эдип, царь Фив, непреднамеренно убил своего отца и вступил в кровосмесительную связь с матерью. Когда Эдип понял, какой чудовищный грех он совершил, он ослепил себя. Хотя Фрейд знал, что повествование об Эдипе берет начало из греческой мифологии, он в то же время рассматривал трагедию как символическое описание одного из величайших человеческих психологических конфликтов. В сущности, этот миф символизирует неосознанное желание каждого ребенка обладать родителем противоположного пола и одновременно устранить родителя одного с ним пола. Конечно, обыкновенный ребенок не убивает своего отца и не вступает в половую связь с матерью, но фрейдисты убеждены в том, что у него есть бессознательное желание сделать и то, и другое. Более того, Фрейд усматривал подтверждение идеи комплекса в родственных связях и клановых взаимоотношениях, имеющих место в различных примитивных сообществах.

В норме эдипов комплекс развивается несколько по-разному у мальчиков и девочек. Рассмотрим вначале, как он проявляется у мальчиков. Первоначально объектом любви у мальчика выступает мать или замещающая ее фигура. С момента рождения она является для него главным источником удовлетворения. Он хочет обладать своей матерью, хочет выражать свои эротически окрашенные чувства по отношению к ней точно так же, как это делают, по его наблюдениям, люди более старшего возраста. Так, он может попытаться соблазнить мать, гордо демонстрируя ей свой половой член. Этот факт говорит о том, что мальчик стремится играть роль своего отца. В то же время он воспринимает отца как конкурента, препятствующего его желанию получить генитальное удовольствие. Отсюда следует, что отец становится его главным соперником или врагом. В то же время мальчик догадывается о своем более низком положении по сравнению с отцом (чей половой член больше); он понимает, что отец не намерен терпеть его романтические чувства к матери. Соперничество влечет за собой страх мальчика, что отец лишит его пениса. Боязнь воображаемого возмездия со стороны отца, которую Фрейд назвал *страхом кастрации*, заставляет мальчика отказаться от своего стремления к инцесту с матерью.

В возрасте примерно между пятью и семью годами эдипов комплекс разрешается: мальчик *подавляет* (вытесняет из сознания) свои сексуальные желания в отношении матери и начинает *идентифицировать* себя с отцом (перенимает его черты). Процесс идентификации с отцом, получивший название *идентификации с агрессором*, выполняет несколько функций. Во-первых, мальчик приобретает конгломерат ценностей, моральных норм, установок, моделей полоролевого поведения, обрисовывающих для него, что это значит — быть мужчиной. Во-вторых, идентифицируясь с отцом, мальчик может удержать мать как объект любви заместительным путем, поскольку теперь он обладает теми же атрибутами, которые мать ценит в отце. Еще более важным аспектом разрешения эдипова комплекса является то, что мальчик интернализирует родительские запреты и основные моральные нормы. Это есть специфическое свойство идентификации, которое, как считал Фрейд, подготавливает почву для развития суперэго или совести ребенка. То есть суперэго является следствием разрешения эдипова комплекса.

Версия эдипова комплекса у девочек получила название комплекса Электры. Прообразом в данном случае выступает персонаж греческой мифологии Электра, которая уговаривает своего брата Ореста убить их мать и ее любовника и таким образом отомстить за смерть отца. Как и у мальчиков, первым объектом любви у девочек является мать. Однако, когда девочка вступает в фаллическую стадию, она осознает, что у нее нет пениса, как у отца или брата (что может символизировать недостаток силы). Как только девочка делает это аналитическое открытие, она начинает хотеть, чтобы у нее был пенис. По Фрейду, у девочки развивается *зависть к пенису*, что в определенном смысле является психологическим аналогом страха кастрации у мальчика. (Нет ничего удивительного в том, что Фрейд предан анафеме сторонниками феминистского движения!) Вследствие этого девочка начинает проявлять открытую враждебность по отношению к своей матери, упрекая ее в том, что та родила ее без пениса, или возлагая на мать ответственность за то, что та отняла у нее пенис в наказание за какой-то проступок. Фрейд полагал, что в некоторых случаях девочка может низко оценивать собственную женственность, считая свой внешний вид «дефективным». В то же самое время девочка стремится обладать своим отцом, потому что у него есть такой завидный орган. Зная, что она неспособна заполучить пенис, девочка ищет другие источники сексуального удовлетворения в качестве заменителей пениса. Сексуальное удовлетворение фокусируется на клиторе, и у девочек в возрасте пяти-семи лет клиторная мастурбация иногда сопровождается маскулинными фантазиями, в которых клитор становится пенисом.

Многие эксперты сходятся во мнении, что объяснение Фрейдом разрешения комплекса Электры неубедительно [Lerman, 1986]. Одно возражение касается того, что матери не обладают такой же властью в семье, как отцы, и поэтому не могут выступать в роли столь угрожающей фигуры. Другое состоит в том, что, поскольку у девочки изначально нет пениса, у нее не может развиться настолько интенсивный страх, как у мальчика, опасающегося увечья в качестве возмездия за кровосмесительное желание.

В ответ на второе возражение Фрейд выдвинул тезис о том, что у девочек развивается не столь компульсивное, жесткое чувство нравственности в зрелом возрасте. Независимо от интерпретации, Фрейд утверждал, что девочка со временем избавляется от комплекса Электры путем подавления тяготения к отцу и идентификации с матерью. Другими словами, девочка, становясь более похожей на мать, получает символический доступ к своему отцу, увеличивая, таким образом, шансы когда-нибудь выйти замуж за мужчину, похожего на отца. Позднее некоторые женщины мечтают о том, чтобы их первенцы оказались мальчиками — феномен, который ортодоксальные фрейдисты интерпретируют как выражение замещения пениса [Hammer, 1970]. Нет нужды говорить, что сторонники феминистского движения считают взгляд Фрейда на женщин не только унизительным, но и абсурдным [Gilligan, 1982].

Взрослые мужчины с фиксацией на фаллической стадии ведут себя дерзко, они хвастливы и опрометчивы. Фаллические типы стремятся добиваться успеха (успех для них символизирует победу над родителем противоположного пола) и постоянно пытаются доказывать свою мужественность и половую зрелость. Они убеждают других в том, что они «настоящие мужчины». Один из путей достижения этой цели — безжалостное завоевание женщин, то есть поведение по типу Дон Жуана. У женщин фаллическая фиксация, как отмечал Фрейд, приводит к склонности флиртовать, обольщать, а также к беспорядочным половым связям, хотя они могут

казаться наивными и невинными в сексуальном отношении. Некоторые женщины, наоборот, могут бороться за главенство над мужчинами, то есть быть чрезмерно настойчивыми, напористыми и самоуверенными. Таких женщин называют «кастрирующими». Неразрешенные проблемы эдипова комплекса расценивались Фрейдом как основной источник последующих невротических моделей поведения, особенно имеющих отношение к импотенции и фригидности.

Латентный период

В промежутке от шести-семи лет до начала подросткового возраста располагается фаза сексуального затишья, получившая название *латентного периода*. Теперь либидо ребенка направляется посредством сублимации в виды деятельности, не связанные с сексуальностью, — такие, как интеллектуальные занятия, спорт и отношения со сверстниками. Латентный период можно рассматривать как время подготовки к взрослению, которое наступит в последней психосексуальной стадии. Снижение сексуальной потребности в данном случае Фрейд относил частично к физиологическим изменениям в организме ребенка, а частично — к появлению в его личности структур эго и суперэго. Следовательно, латентный период не надо рассматривать как стадию психосексуального развития, потому что в это время не появляются новые эрогенные зоны, а сексуальный инстинкт предположительно дремлет.

Фрейд уделял незначительное внимание процессам развития в латентном периоде. Это довольно странно, поскольку он занимает в жизни ребенка почти такой же временной промежуток, как все предшествующие стадии вместе взятые. Возможно, это была передышка не только для ребенка, но и для теоретика.

Генитальная стадия

С наступлением половой зрелости восстанавливаются сексуальные и агрессивные побуждения, а вместе с ними интерес к противоположному полу и возрастающее осознание этого интереса. Начальная фаза *генитальной стадии* (периода, продолжающегося от зрелости до смерти) характеризуется биохимическими и физиологическими изменениями в организме. Репродуктивные органы достигают зрелости, выброс гормонов эндокринной системой ведет к появлению вторичных половых признаков (например, оволосение лица у мужчин, формирование молочных желез у женщин). Результатом этих изменений является характерное для подростков усиление возбудимости и повышение сексуальной активности. Иначе говоря, вступление в генитальную стадию отмечено наиболее полным удовлетворением сексуального инстинкта.

Согласно теории Фрейда, все индивидуумы проходят в раннем подростковом возрасте через «гомосексуальный» период. Новый взрыв сексуальной энергии подростка направлен на человека одного с ним пола (например, на учителя, соседа, сверстника) — в основном, таким же образом, как это происходит при разрешении эдипова комплекса. Хотя явное гомосексуальное поведение не является универсальным опытом этого периода, согласно Фрейду, подростки предпочитают общество сверстников одного с ними пола. Однако постепенно объектом энергии либи-

до становится партнер противоположного пола, и начинается ухаживание. Увлечения юности в норме ведут к выбору брачного партнера и созданию семьи.

Генитальный характер — это идеальный тип личности в психоаналитической теории. Это человек зрелый и ответственный в социально-сексуальных отношениях. Он испытывает удовлетворение в гетеросексуальной любви. Хотя Фрейд был противником сексуальной распущенности, он более терпимо относился к сексуальной свободе, чем буржуазное общество Вены. Разрядка либидо в половом акте обеспечивает возможность физиологического контроля над импульсами, поступающими от половых органов; контроль сдерживает энергию инстинкта, и поэтому она достигает наивысшей точки в подлинном интересе к партнеру без каких-либо следов чувства вины или конфликтных переживаний.

Фрейд был убежден: для того, чтобы сформировался идеальный генитальный характер, человек должен отказаться от пассивности, свойственной раннему детству, когда любовь, безопасность, физический комфорт — в сущности, все формы удовлетворения легко давались, и ничего не требовалось взамен. Люди должны учиться трудиться, откладывать удовлетворение, проявлять в отношении других тепло и заботу, и прежде всего, брать на себя более активную роль в решении жизненных проблем. И наоборот, если в раннем детстве имели место разного рода травматические переживания с соответствующей фиксацией либидо, адекватное вхождение в генитальную стадию становится трудным, если не невозможным. Фрейд отстаивал точку зрения, согласно которой серьезные конфликты в поздние годы являются отголосками сексуальных конфликтов, имевших место в детстве.

ПРИРОДА ТРЕВОГИ

Самые первые результаты Фрейда в терапии расстройств, которые по своему происхождению были скорее психическими, чем физиологическими, вызвали у него интерес к происхождению тревоги. Эта заинтересованность впервые привела его (в 1890-е годы) к предположению о том, что тревога, испытываемая многими его пациентами-невротиками, являлась следствием неадекватной разрядки энергии либидо. В дальнейшем он заключил, что состояние нарастающего напряжения является результатом не находящей выхода энергии либидо. Возбуждение, не завершившееся разрядкой, преобразуется и проявляется в неврозах страха. Однако по мере накопления опыта в лечении неврозов Фрейд пришел к пониманию, что подобная интерпретация тревоги и страха является неверной. Спустя 30 лет он пересмотрел свою теорию и пришел к следующему выводу: тревога является функцией эго и назначение ее состоит в том, чтобы предупреждать человека о надвигающейся угрозе, которую надо встретить или избежать. Тревога как таковая дает возможность личности реагировать в угрожающих ситуациях адаптивным способом [Freud, 1926].

Откуда берет начало тревога

Согласно приведенному тезису, первичный источник испытываемой человеком тревоги коренится в неспособности новорожденного справляться с внутренним и внешним возбуждением. Так как младенцы не способны контролировать свой

новый мир, их переполняет диффузное чувство надвигающейся опасности. Эта ситуация вызывает травмирующее состояние, известное как *первичная тревога*, примером которой может служить сам процесс рождения. С точки зрения Фрейда, переживание биологического отъединения от матери является травмирующим, и поэтому последующие ситуации разъединения (например, ребенок остается один; он покинут в темноте или обнаружил незнакомого человека там, где ожидал найти мать) вызывают реакцию сильной тревоги. Подобное ощущение сильного стресса и беспомощности переживается при рождении, отлучении от груди, а позднее проявляется в страхе кастрации. Все такого рода переживания приводят к возрастанию напряжения и мрачным предчувствиям.

Типы тревоги: каким образом люди ощущают тревогу?

В зависимости от того, откуда исходит угроза для эго (из внешнего окружения, от ид или суперэго), психоаналитическая теория выделяет три типа тревоги.

Реалистическая тревога. Эмоциональный ответ на угрозу и/или понимание реальных опасностей внешнего мира (например, опасные животные или выпускной экзамен) называется *реалистической тревогой*. Она в основном является синонимом страха и может ослаблять способность человека эффективно справляться с источником опасности. Реалистическая тревога стихает, как только исчезает сама угроза. В целом, реалистическая тревога помогает обеспечить самосохранение.

Невротическая тревога. Эмоциональный ответ на опасность того, что неприемлемые импульсы со стороны ид станут осознанными, называется *невротической тревогой*. Она обусловлена боязнью, что эго окажется неспособным контролировать инстинктивные побуждения, особенно сексуальные или агрессивные. Тревога в данном случае проистекает из страха, что, когда ты сделаешь что-то ужасное, это повлечет за собой тяжелые отрицательные последствия. Так, например, маленький ребенок быстро усваивает, что активная разрядка его побуждений либидо или деструктивных стремлений будет чревата угрозой наказания со стороны родителей или других социальных фигур. Невротическая тревога первоначально переживается как реалистическая, потому что наказание обычно исходит из внешнего источника. Поэтому развертываются защитные механизмы эго, имеющие целью сдерживание инстинктивных импульсов ребенка — в результате последние всплывают на поверхность только в форме общего опасения. И только тогда, когда инстинктивные импульсы ид угрожают прорваться через эго-контроль, возникает невротическая тревога.

Моральная тревога. Когда эго испытывает угрозу наказания со стороны суперэго, результирующий эмоциональный ответ называется *моральной тревогой*. Моральная тревога возникает всегда, когда ид стремится к активному выражению безнравственных мыслей или действий, и суперэго отвечает на это чувством вины, стыда или самообвинения. Моральная тревога происходит от объективного страха родительского наказания за какие-то поступки или действия (например, за непристойные ругательства или воровство в магазине), которые нарушают перфекционистские требования суперэго. Суперэго направляет поведение в русло действий, вписывающихся в моральный кодекс индивидуума. После-

дующее развитие суперэго ведет к *социальной тревоге*, которая возникает в связи с угрозой исключения из группы сверстников из-за неприемлемых установок или действий. Позднее Фрейд убедился в том, что тревога, берущая свое начало из суперэго, в конечном счете вырастает в страх смерти и ожидание грядущего возмездия за прошлые или настоящие грехи.

Защитные механизмы эго

Основная психодинамическая функция тревоги — помогать человеку избегать осознанного выявления у себя неприемлемых инстинктивных импульсов и поощрять удовлетворение этих импульсов надлежащими способами в подходящее время. Защитные механизмы эго помогают осуществлению этих функций, а также охраняют человека от захлестывающей его тревоги. Фрейд определял защитные механизмы эго как сознательную стратегию, которую использует индивид для защиты от открытого выражения импульсов ид и встречного давления со стороны суперэго. Фрейд полагал, что эго реагирует на угрозу прорыва импульсов ид двумя путями: 1) блокированием выражения импульсов в сознательном поведении или 2) искажением их до такой степени, чтобы изначальная их интенсивность заметно снизилась или отклонилась в сторону.

Все защитные механизмы обладают двумя общими характеристиками: 1) они действуют на неосознанном уровне и поэтому являются средствами самообмана и 2) они искажают, отрицают или фальсифицируют восприятие реальности, чтобы сделать тревогу менее угрожающей для индивидуума. Следует также заметить, что люди редко используют какой-либо единственный механизм защиты — обычно они применяют различные защитные механизмы для разрешения конфликта или ослабления тревоги [Cramer, 1987]. Некоторые основные защитные стратегии мы рассмотрим ниже.

Вытеснение. Фрейд рассматривал вытеснение как первичную защиту эго не только по той причине, что оно является основой для формирования более сложных защитных механизмов, но также потому, что оно обеспечивает наиболее прямой путь ухода от тревоги. Описываемое иногда как «мотивированное забывание», вытеснение представляет собой процесс удаления из осознания мыслей и чувств, причиняющих страдания. В результате действия вытеснения индивидуумы не осознают своих вызывающих тревогу конфликтов, а также не помнят травматических прошлых событий. Например, человек, страдающий от ужасающих личных неудач, благодаря вытеснению может стать неспособным рассказать об этом своем тяжелом опыте.

Освобождение от тревоги путем вытеснения не проходит бесследно. Фрейд считал, что вытесненные мысли и импульсы не теряют своей активности в бессознательном, и для предотвращения их прорыва в сознание требуется постоянная трата психической энергии. Эта беспрерывная трата ресурсов эго может серьезно ограничивать использование энергии для более адаптивного, направленного на собственное развитие, творческого поведения. Однако постоянное стремление вытесненного материала к открытому выражению может получать кратковременное удовлетворение в сновидениях, шутках, оговорках и других проявлениях того, что Фрейд называл «психопатологией обыденной жизни». Более того, согласно

5 Зак. 1212

его теории, вытеснение играет роль во всех формах невротического поведения, в психосоматических заболеваниях (таких, например, как язвенная болезнь), психосексуальных нарушениях (таких как импотенция и фригидность). Это основной и наиболее часто встречающийся защитный механизм.

Проекция. Как защитный механизм по своей теоретической значимости проекция следует за вытеснением. Она представляет собой процесс, посредством которого индивидуум приписывает собственные неприемлемые мысли, чувства и поведение другим людям или окружению. Таким образом, проекция позволяет человеку возлагать вину на кого-нибудь или что-нибудь за свои недостатки или промахи. Игрок в гольф, критикующий свою клюшку после неудачного удара, демонстрирует примитивную проекцию. На другом уровне мы можем наблюдать проекцию у молодой женщины, которая не осознает, что борется со своим сильным сексуальным влечением, но подозревает каждого, кто с ней встречается, в намерении ее соблазнить. Наконец, классический пример проекции — студент, не подготовившийся как следует к экзамену, приписывает свою низкую оценку нечестно проведенному тестированию, мошенничеству других студентов или возлагает вину на профессора за то, что тот не объяснил эту тему на лекции. Проекцией также объясняются социальные предрассудки и феномен «козла отпущения», поскольку этнические и расовые стереотипы представляют собой удобную мишень для приписывания кому-то другому своих негативных личностных характеристик [Adorno et al., 1950].

Замещение. В защитном механизме, получившем название *замещение*, проявление инстинктивного импульса переадресовывается от более угрожающего объекта или личности к менее угрожающему. Распространенный пример — ребенок, который, после того как его наказали родители, толкает свою младшую сестру, пинает ее собачку или ломает ее игрушки. Замещение также проявляется в повышенной чувствительности взрослых к малейшим раздражающим моментам. Например, чересчур требовательный работодатель критикует сотрудницу, и она реагирует вспышками ярости на незначительные провокации со стороны мужа и детей. Она не осознает, что, оказавшись объектами ее раздражения, они просто замещают начальника. В каждом из этих примеров истинный объект враждебности замещается гораздо менее угрожающим для субъекта. Менее распространена такая форма замещения, когда оно направлено против себя самого: враждебные импульсы, адресованные другим, переадресуются себе, что вызывает ощущение подавленности или осуждение самого себя.

Рационализация. Другой способ для эго справиться с фрустрацией и тревогой — это исказить реальность и, таким образом, защитить самооценку. *Рационализация* имеет отношение к ложной аргументации, благодаря которой иррациональное поведение представляется таким образом, что выглядит вполне разумным и поэтому оправданным в глазах окружающих. Глупые ошибки, неудачные суждения и промахи могут найти оправдание при помощи магии рационализации. Одним из наиболее часто употребляемых видов такой защиты является рационализация по типу «зелен виноград». Это название берет начало из басни Эзопа о лисе, которая не могла дотянуться до виноградной кисти и поэтому решила, что ягоды еще не созрели. Люди рационализируют таким же образом. Например, мужчина, которому женщина ответила унизительным отказом, когда он пригласил ее на

свидание, утешает себя тем, что она совершенно непривлекательна. Сходным образом, студентка, которой не удалось поступить на стоматологическое отделение медицинского института, может убеждать себя в том, что она на самом деле не хочет быть стоматологом.

Реактивное образование. Иногда эго может защищаться от запретных импульсов, выражая в поведении и мыслях противоположные побуждения. Здесь мы имеем дело с *реактивным образованием*, или обратным действием. Этот защитный процесс реализуется двухступенчато: во-первых, неприемлемый импульс подавляется; затем на уровне сознания проявляется совершенно противоположный. Противодействие особенно заметно в социально одобряемом поведении, которое при этом выглядит преувеличенным и негибким. Например, женщина, испытывающая тревогу в связи с собственным выраженным сексуальным влечением, может стать в своем кругу непреклонным борцом с порнографическими фильмами. Она может даже активно пикетировать киностудии или писать письма протеста в кинокомпании, выражая в них сильную озабоченность деградацией современного киноискусства. Фрейд писал, что многие мужчины, высмеивающие гомосексуалистов, на самом деле защищаются от собственных гомосексуальных побуждений.



Согласно Фрейду, сильные неосознанные агрессивные побуждения могут быть переадресованы или сублимированы в социально приемлемом направлении. Так, например, для хирурга сублимацией является каждая операция.
(N. R. Rowan/The Image Works)

Регрессия. Еще один известный защитный механизм, используемый для защиты от тревоги, — это *регрессия*. Для регрессии характерен возврат к ребячливым, детским моделям поведения. Это способ смягчения тревоги путем возврата к раннему периоду жизни, более безопасному и приятному. Узнаваемые без труда проявления регрессии у взрослых включают несдержанность, недовольство, а также такие особенности как «надуться и не разговаривать» с другими, детский лепет, противодействие авторитетам или езда в автомобиле с безрассудно высокой скоростью.

Сублимация. Согласно Фрейду, *сублимация* является защитным механизмом, дающим возможность человеку в целях адаптации изменить свои импульсы таким образом, чтобы их можно было выражать посредством социально приемлемых мыслей или действий. Сублимация рассматривается как единственно здоровая, конструктивная стратегия обуздания нежелательных импульсов, потому что она позволяет эго изменить цель или/и объект импульсов без сдерживания их проявления. Энергия истинктов отводится по другим каналам выражения — тем, которые общество полагает приемлемыми [Golden, 1987]. Например, если со временем мастурбация вызывает у юноши все большую и большую тревогу, он может сублимировать свои импульсы в социально одобряемую деятельность — такую, как футбол, хоккей или другие виды спорта. Сходным образом женщина с сильными неосознанными садистическими наклонностями может стать хирургом или первоклассной романисткой. В этих видах деятельности она может демонстрировать свое превосходство над другими, но таким способом, который будет давать общественно полезный результат.

Фрейд утверждал, что сублимация сексуальных инстинктов послужила главным толчком для великих достижений в западной науке и культуре. Он говорил, что сублимация сексуального влечения является особенно заметной чертой эволюции культуры — благодаря ей одной стал возможен необычайный подъем в науке, искусстве и идеологии, которые играют такую важную роль в нашей цивилизованной жизни [Cohen, 1969, р. 34].

Отрицание. Когда человек отказывается признавать, что произошло неприятное событие, это значит, что он включает такой защитный механизм, как *отрицание*. Представим себе отца, который отказывается поверить в то, что его дочь изнасилована и зверски убита; он ведет себя так, как будто ничего подобного не происходило. Или вообразите ребенка, отрицающего смерть любимой кошки и упорно продолжающего верить, что она все еще жива. Отрицание реальности имеет место и тогда, когда люди говорят или настаивают: «Этого со мной просто не может случиться», несмотря на очевидные доказательства обратного (так бывает, когда врач сообщает пациенту, что у него смертельное заболевание). Согласно Фрейду, отрицание наиболее типично для маленьких детей и индивидуумов более старшего возраста со сниженным интеллектом (хотя люди зрелые и нормально развитые тоже могут иногда использовать отрицание в сильно травмирующих ситуациях).

Отрицание и другие описанные защитные механизмы представляют собой пути, используемые психикой перед лицом внутренней и внешней угрозы. В каждом случае для создания защиты расходуется психологическая энергия, вследствие чего ограничивается гибкость и сила эго. Более того, чем более эффективно действуют

защитные механизмы, тем более искаженную картину наших потребностей, страхов и стремлений они создают. Фрейд заметил, что мы все в какой-то степени используем защитные механизмы и это становится нежелательным только в том случае, если мы чрезмерно на них полагаемся. Зерна серьезных психологических проблем падают на благоприятную почву только тогда, когда наши способы защиты, за исключением сублимации, приводят к искажению реальности [Vaillant, 1986].

Завершив обсуждение ключевых психоаналитических концепций Фрейда, обратимся к исходным положениям, лежащим в основе его глубокой теории человеческой природы.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ФРЕЙДА ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Объединяющая идея этой книги состоит в том, что все теоретики личности придерживаются определенных исходных (основных) положений о природе человека. К тому же эти положения, которые невозможно подтвердить или опровергнуть, помогают устанавливать основные черты различия и сходства между существующими теоретическими направлениями. Теперь, когда мы рассмотрели ключевые концепции психоаналитической теории, проанализируем позицию Фрейда по этим девяти положениям, перечисленным в главе 1. Его позиция по соответствующим положениям выглядит следующим образом (рис. 3–2).

Свобода—детерминизм. Фрейд был убежденным биологическим детерминистом [Kline, 1984]. Он полагал, что все проявления человеческой активности (действия, мысли, чувства, стремления) подчиняются определенным законам и детерминированы мощными инстинктивными силами, в особенности сексуальным и агрессивным инстинктами. Это означает, что Фрейд рассматривал людей преимущественно механистически, по его мнению, ими управляют те же самые законы

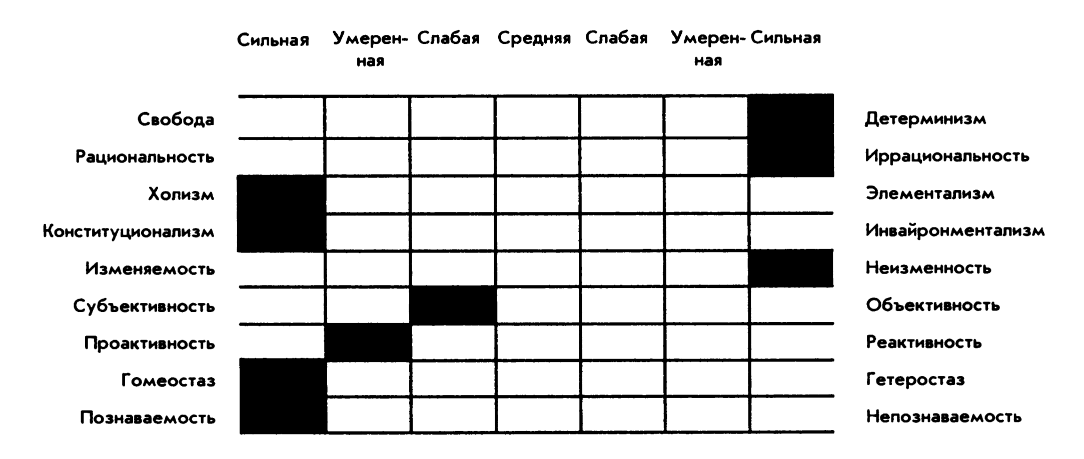


Рис.3–2. *Позиция Фрейда по девяти основным положениям относительно природы человека. (Затемненные области обозначают степень предпочтения одного из двух полярных положений.)*

природы, которые применимы к поведению других организмов. Если бы это было не так, психология как строгая наука не могла бы существовать.

В подобной теоретической системе нет места для таких понятий, как свобода выбора, личная ответственность, воля, спонтанность и самоопределение. Фрейд отчетливо понимал, что у человека над всем главенствует иллюзия свободы, но все же он настаивал, что люди в действительности не способны «выбирать» между альтернативными направлениями в поведении и действиях и что их поведение обусловлено неосознаваемыми силами, сути которых они никогда не смогут полностью узнать. Фрейд полагал, что простейшими проявлениями детерминизма являются случаи, когда человек забывает, куда положил ту или иную вещь, забывает хорошо знакомое имя или адрес, а также описки и оговорки (так называемый «парапраксис»). Он интерпретировал подобные явления как признаки присутствия неосознаваемых мотивов.

Рациональность—иррациональность. С точки зрения Фрейда, люди побуждаемы иррациональными, почти неконтролируемыми инстинктами, которые в значительной степени находятся вне сферы осознания.

Являясь в определенной степени рациональным, эго как компонент структуры личности в конце концов служит средством для реализации требований ид. Единственный реальный проблеск рациональности обнаруживается во фрейдовской концепции психоаналитической терапии как средстве достижения стабильных личностных изменений. Доступ в сферу бессознательной мотивации с помощью психоанализа подготавливает почву для самоконтроля и саморегуляции. Кредо Фрейда — где было ид, там будет эго — выражает его оптимизм в отношении того, что силы разума смогут приручить примитивные и иррациональные побуждения. Несмотря на наличие тезиса о том, что посредством психоанализа можно достичь высокой степени рациональности, теория личности Фрейда прочно цементирована представлениями о важности иррациональных элементов в поведении человека. С позиций этой теории идея о том, что разумный человек держит под контролем ход событий своей жизни — не больше, чем миф.

Холизм—элементализм. Фрейд опирался на холистическое представление о человеке. Он был убежден в том, что понимание человека возможно на основе изучения его как единого целого. Центральным в его теории является описание индивида на языке соотношения ид, эго и суперэго. Поведение человека невозможно понять полностью вне контекста динамического взаимодействия этих трех структур психической жизни. Хотя Фрейд полагал, что данные структуры в конце концов должны быть сведены к более элементарному уровню анализа (возможно, биологическому или неврологическому), сам он никогда не пытался решать эту задачу. Наконец, в построении своей теории он полагался почти исключительно на клинический метод, в котором основной упор делается на целостность личности.

Конституционализм—инвайронментализм. Многие из ранних концепций Фрейда (например, психическая энергия, инстинкты, принцип удовольствия) взяты из области нейроанатомии и нейрофизиологии и развиты далее [Weinstein, 1968]. Психоаналитическая теория никогда не меняла своего основного направления, и в целом следует считать, что Фрейд придерживался позиции конституционализма. Как упоминалось ранее, всемогущее ид в его теории составляет врожденную конституциональную основу личностной структуры и развития. Кроме того,

Фрейд рассматривал психосексуальное развитие как биологически обусловленный процесс, характерный для любого человека, независимо от культуральных влияний. В свете этих представлений то, чем являются люди, в значительной степени представляет собой результат врожденных, генетически наследуемых факторов.

В вопросах понимания поведения Фрейд, напротив, подчеркивал значение влияния окружения на особенности развития человека в раннем возрасте. Он подчеркивал абсолютное, непреложное влияние родителей в ранние детские годы на последующее развитие личности. Более того, эго развивается и вступает в действие только тогда, когда ид не в состоянии справиться с требованиями среды или окружения, а суперэго является исключительно продуктом социального окружения. Тем не менее, связующее значение факторов окружающей среды все-таки вторично по сравнению с первичностью биологически обусловленных инстинктов.

Изменяемость—неизменность. Возможно, Фрейд больше, чем другие, представленные в этой книге персонологи, был привержен положению неизменности. Вся его теория о развитии человека основана на посылке, что личность взрослого сформирована опытом раннего детства. Как вы помните, Фрейд описывал индивидуума продвигающимся в процессе развития через ряд самостоятельных психосексуальных стадий. Структура личности взрослого может быть описана в терминах психосексуальной стадии, которой человек достиг или на которой произошла фиксация. Таким образом, структура характера каждого индивидуума формируется в раннем возрасте и остается неизменной в зрелые годы.

Хотя Фрейд был убежден в том, что тип характера человека складывается в раннем детстве, он считал психоаналитическую терапию полезной для тех людей, которые стремятся понять истоки своих настоящих проблем. «Соприкасаясь» со своим прошлым опытом и узнавая о нем нечто новое, эти люди учатся более адекватно справляться с настоящими и будущими проблемами. В то же время Фрейд признавал, что аналитические терапевты имеют дело с личностью и поведенческими моделями, которые повторяются и упрочиваются на протяжении жизни пациентов. Пациенты, избравшие для себя психоанализ, должны не только оставить свои несостоятельные стили поведения, но также выработать новые, что само по себе похоже на освоение новых навыков, таких как игра в теннис или изучение иностранного языка. Достижение этих целей если не невозможно вообще, то чрезвычайно трудно и болезненно, особенно если пациенты, по причинам, которые они сами почти не понимают, сопротивляются на каждом этапе данного пути. При этом они используют то же оружие, что и в детстве, когда сопротивлялись родителям, пытавшимся их социализировать (например, негативизм, доминирование, беспомощность, враждебность и отчаяние). Поэтому даже в аналитической терапии очень мало оптимизма по поводу достижения реальных и устойчивых личностных изменений в зрелости. Для Фрейда наблюдаемые изменения в поведении являются более часто и едва ли не всегда неглубокими модификациями, не затрагивающими глубинной структуры личности.

Субъективность—объективность. Согласно Фрейду, люди живут в субъективном мире чувств, эмоций, ощущений и смыслов. Рассматривая «внутренний мир» индивидуума как важную часть личности, он считал его также и причиной других явлений — объективных состояний типа психических травм, случаев подавления

или вытеснения, а также универсальных человеческих побуждений. Таким образом, психоаналитическая теория утверждает, что уникальность индивидуума частично обусловлена внешними реалиями (например, родительскими установками и поведением, отношениями с братьями и сестрами, социальными нормами). Появившись однажды, эти объективные условия упорно продолжают и далее формировать уникальный внутренний мир человека, имеющий для него исключительно субъективный смысл. В заключение надо сказать, что, хотя Фрейд склоняется к субъективности, это положение не является стержневым в его теории.

Проактивность—реактивность. Изучая вопрос о причинности в объяснении человеческого поведения, Б. Ф. Скиннер [Skinner, 1954] заметил, что Фрейд в объяснении причин поведения следовал традиционной модели изучения *внутреннего мира* человека. Следовательно, только в этом смысле Фрейд может быть понят как теоретик личности, придерживающийся проактивного взгляда на природу человека. Как будет видно из следующих глав, проактивность у Фрейда совершенно не похожа на проактивность сторонников гуманистического или феноменологического направлений. Суть проактивной позиции Фрейда четко отражена в его концепции мотивации: причинность в отношении всех форм поведения заключается в потоке энергии, поступающей от ид и его инстинктов. Люди не выстраивают свое поведение осознанно; скорее психическую энергию генерируют сексуальные и агрессивные инстинкты, что и определяет разнообразие человеческих поступков. Однако индивидуумы не являются проактивными в полном смысле этого слова. Они реактивны в той степени, в какой их инстинкты направляются на внешние объекты, — последние действуют в качестве стимулов окружающей среды, вызывающих то или иное поведение. Например, сексуальные «объекты» в окружении человека инициируют проявление сексуального инстинкта, и это наводит на мысль об оттенке реактивности в теории Фрейда. Взвесив все аргументы, можно сказать, что позиция Фрейда относительно данного исходного положения может быть лучше всего охарактеризована как умеренный уклон в сторону проактивности.

Гомеостаз—гетеростаз. Фрейд был убежден в том, что все человеческое поведение регулируется стремлением уменьшать возбуждение, вызываемое неприятными напряжениями на уровне организма. Инстинкты ид постоянно требуют внешнего выражения, и люди организуют свое поведение таким образом, чтобы снизить уровень этого напряжения, сформированного энергией инстинктов. Таким образом, индивидуумы, вместо того, чтобы стремиться к напряжению или возбуждению, испытывают желание найти состояние, свободное от всякого напряжения. Данный взгляд Фрейда на мотивацию определенно выражает гомеостатическую позицию. С точки зрения психодинамической теории, человек в основе своей предстает побуждаемым ид «удовлетворителем инстинктов», никогда не ищущим условий, которые могли бы нарушить гомеостатический баланс.

Познаваемость—непознаваемость. Есть много указаний на то, что Фрейд придерживался убеждения о научной познаваемости сущности человека. Например, он настаивал на том, что люди подчиняются тем же самым законам природы, что и любой живой организм. Он также рассматривал людей как биологически детерминированные организмы, глубинная мотивация которых может быть раскрыта с помощью научно обоснованных методов психоанализа. Разумеется, он никогда не

рассматривал психоанализ как исчерпывающую теорию личности [Nuttin, 1956]: Фрейд трактовал его как часть науки психологии и такую систему понятий, которая может во многом пролить свет на природу человека. Вероятно, благодаря изучению естественных наук, он вынес вместе с полученным образованием и отрицание обоснованности мистицизма, религии и других ненаучных взглядов и верований вместе с убежденностью в том, что разгадка природы человека доступна только научному знанию.

Итак, мы завершили оценку позиции Фрейда по девяти исходным положениям относительно сущности человека. Теперь давайте рассмотрим некоторые эмпирические исследования, толчком для проведения которых послужила теория Фрейда.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ ПСИХОДИНАМИЧЕСКИХ КОНЦЕПЦИЙ

При изучении Фрейда студенты неизбежно задают вопрос: «Каковы научные доказательства психодинамических концепций?» Коль скоро положения теории рассматриваются как эмпирически валидные концептуализации феноменов, для объяснения которых они предназначены, совершенно естественно ожидать научной проверки гипотез, выводимых из этих положений. После смерти Фрейда персонологи почти полностью игнорировали объективную и систематическую верификацию центральных теоретических положений Фрейда. Беглый просмотр истории психоанализа как метода лечения достаточно хорошо объясняет причину этого. Во времена Фрейда аналитики вообще не были заинтересованы в использовании методов научного исследования для обоснования теории. Сам Фрейд тоже не акцентировал внимание на проблеме эмпирической валидизации, основанной на контролируемом, систематическом изучении феноменов в лаборатории, как делают сегодня большинство психологов. Когда Розенцвейг [Rosenzweig, 1941], американский психолог, написал Фрейду о своих лабораторных исследованиях подавления, последний ответил, что психоаналитические концепции основаны на очень большом количестве клинических наблюдений и поэтому нет необходимости в независимой экспериментальной проверке. Этой совершенно антиисследовательской установке в дальнейшем благоприятствовал тот факт, что экспериментальная психология, тогда еще очень молодая наука, мало что давала. Даже сегодня, несмотря на формальное обучение биологическим наукам, некоторые практикующие аналитики настроены против использования экспериментальных методов исследования [Kernberg, 1986]. Многие убеждены, что единственным методом, подходящим для верификации психодинамических гипотез, является клиническое интервью, то есть рассказы пациентов, проходящих курс интенсивной длительной терапии. До недавнего времени основным источником доказательств «истинности» фрейдовских концепций было накопление воссозданных историй жизни пациентов. Большинство аналитиков считают клиническую оценку анамнеза несомненно релевантной для подтверждения теории.

Хотя основным методом при создании и проверке психодинамических формулировок был метод анамнеза, его использование имеет ряд недостатков. Самый главный состоит в том, что, несмотря на все усилия сохранять объективность в процессе терапии, аналитик не является истинно непредвзятым наблюдателем.

Более того, клинические наблюдения в лечебных условиях не могут быть продублированы и проверены в контрольных экспериментах. Собственные исследования Фрейда и других аналитиков едва ли можно повторить, потому что они проводились приватно и в условиях полной конфиденциальности.

Другой методологический недостаток вытекает из особенностей профессионального обучения большинства аналитиков. Оно обязательно включает прохождение им процедуры психоанализа плюс интенсивное руководство и наблюдение со стороны опытного аналитика на первых этапах практики. В результате, как правило, появляется необычайно сильная философская и личная увлеченность положениями теории Фрейда. Подобная установка предрасполагает аналитика к пристрастной интерпретации имеющихся у пациента нарушений и определению их причин. Более того, сложности в достижении определенного уровня валидности клинических наблюдений возникают по причине собственных пристрастий пациента. Пациенты часто знают, что следует, а что не следует говорить во время терапевтических сеансов — следовательно, они могут непреднамеренно искать одобрения, предоставляя аналитику именно то описание переживаний, которое соответствует его ожиданиям [Erdelyi, 1985]. Собранные вместе, эти недостатки являются потенциальными источниками «самодостаточных пророчеств» относительно валидности наблюдений Фрейда. При таких ограничениях становится понятно, почему большинство психологов отказываются рассматривать отдельные случаи эффективной терапии как достаточное доказательство валидности фрейдовских концепций личности [Shevrin, 1986].

Основная ловушка для персонологов, заинтересованных в проверке теории Фрейда, заключается в невозможности воспроизведения клинических данных в контролируемом эксперименте. Вторая проблема в установлении валидности психоанализа связана с тем, что его положениям невозможно дать рабочие определения (то есть теоретические концепции зачастую сформулированы таким образом, что трудно делать из них недвусмысленные выводы и проверяемые гипотезы). Когда получаемые результаты основаны на столь нечетких и неопределенных умозаключениях, просто невозможно понять, согласуются ли они с теорией. Это не означает, что психоаналитическая теория недостоверна. Скорее это значит, что на данный момент не существует общепринятых методов и процедур, с помощью которых можно оценивать положения теории. Наконец, теория психоанализа имеет характер «послесловия». Иными словами, она более адекватно объясняет прошлое поведение, чем предсказывает последующее.

Где же можно найти валидные доказательства различных аспектов теории Фрейда? Большинство исследований, проведенных на животных, подвергнуты критике персонологами из-за их искусственности и чрезмерного упрощения концептуально сложных процессов. Поиск адекватных доказательств идет в направлении разработки экспериментальных аналогов психоаналитических конструкций (то есть моделирования теоретических концепций в лабораторных условиях). Мы не будем пытаться дать исчерпывающий анализ многих сотен исследований, посвященных проверке теории Фрейда (см. Fisher, Greenberg, 1985; Masling, 1983, 1986, где дается обзор психоаналитических работ). Вместо этого мы сосредоточимся на наиболее иллюстративных и характерных примерах. На следующих страницах будут подробно рассмотрены исследования двух важнейших конструктов психоанализа: 1) вытеснение и 2) неосознаваемый конфликт.

Экспериментальное изучение вытеснения

Вытеснение — ключевая концепция у большинства психоаналитиков [Cramer, 1988; Erdelyi, 1985; Grunbaum, 1984]. По этому вопросу проведено больше экспериментальных исследований, чем в отношении какой-либо другой концепции Фрейда [Westen, 1990]. В ранних исследованиях вытеснения изучалось воспроизведение различного материала, вызывающего нейтральные, позитивные или угрожающие, неприятные ассоциации [Jersild, 1931; Meltzer, 1930; Rosenzweig, 1933]. В целом, результаты показали, что неприятные, негативные переживания вспоминаются реже, чем позитивные или нейтральные. Однако скоро стало ясно, что фрейдовская концепция вытеснения не предполагает элиминации всех переживаний с аффективно-неприятным значением [Sears, 1936]. Скорее вытеснение зависит от наличия «угрозы эго» (основная угроза самооценке), а не от простой неприятности или угрозы. Более поздние исследования показали: когда причина вытеснения (угроза эго) исчезает, то вытесненное содержание возвращается в сознание. Это явление объяснялось как «возвращение вытесненного» [Flavell, 1955; Zeller, 1950]. Иначе говоря, если угроза устранена, для вытесненного материала становится безопасным возвращение на уровень осознавания. Фрейд, несомненно, расценил бы подобное исследование как неуместную демонстрацию того, что уже известно из клинических наблюдений.

Результаты большинства экспериментальных исследований вытеснения понятны, но их интерпретация вызывает много споров.

Обратимся к часто упоминаемому исследованию Д'Зарилла [D'Zurilla, 1965]. Студентам колледжа предъявили 20 слов, которые они потом воспроизводили. Групповых различий в запоминании не было обнаружено. Затем всем студентам предъявили серию из десяти слайдов. На каждом слайде было изображено чернильное пятно и два слова из набора, демонстрировавшегося ранее. Испытуемых просили указать на каждом слайде из двух слов одно, которое лучше всего описывает данное чернильное пятно. После этой основной процедуры Д'Зарилла разделил испытуемых на две группы и приступил к экспериментальным манипуляциям. Экспериментальной группе было сказано, что тест чернильных пятен предназначен для выявления латентной гомосексуальности. Сообщалось, что одно из двух слов на каждом слайде, как правило, выбирают латентные гомосексуалисты, а другое слово обычно выбирают гетеросексуальные испытуемые. Студентам из контрольной группы сказали только, что они принимают участие в разработке нового варианта теста чернильных пятен. После того, как на все слайды были получены ответы, испытуемым из обеих групп был предложен еще один тест на запоминание; различий снова не было обнаружено.

Затем каждому испытуемому из экспериментальной группы пришлось испытать угрозу своему эго: экспериментатор сообщил, что он выбрал девять из десяти «гомосексуальных» слов. Напротив, испытуемым из контрольной группы сказали, что они «очень хорошо» выполнили тест. Спустя пять минут обеим группам был дан еще один тест на запоминание. Как и ожидалось, эго-угрожаемые субъекты показали худшие результаты по сравнению с предыдущими тестами на запоминание; контрольная группа улучшила свои показатели. После этого Д'Зарилла попытался устранить влияние вытеснения, объяснив студентам, что тест

чернильных пятен на самом деле не измеряет гомосексуальные тенденции. Вслед за раскрытием секрета еще раз проводился тест на запоминание. В полном соответствии с экспериментальной гипотезой, воспроизведение тестового материала было на одинаковом уровне у обеих групп, что означало исчезновение угрозы.

Хотя эти результаты как будто бы подтверждают концепцию вытеснения, некоторые сомнения возникли после проведения интервью, последовавшего за экспериментом. Д'Зарилла попросил студентов описать, о чем они думали в течение пятиминутного интервала после получения инструкции, содержащей угрозу эго. Согласно теории вытеснения, они должны были бы избегать мыслей обо всем, что имеет отношение к угрожающему заданию. Вопреки этому предположению, большинство эго-угрожаемых субъектов сообщили, что они много думали о чернильных пятнах и о собственных «гомосексуальных тенденциях». И, наоборот, лишь немногие из контрольной группы сказали, что думали о задании.

В соответствии с другой интерпретацией данных Д'Зарилла, эго-угрожаемым испытуемым после появления угрозы могло потребоваться некоторое время для тревожных размышлений по поводу своих результатов, и эти конкурирующие мысли могли интерферировать со способностью вспоминать слова. В сходном исследовании Холмс и Шеллоу [Holmes, Schallow, 1969] пытались получить доказательства того, что подобная интерпретация является, по крайней мере, такой же правдоподобной, как та, которая указывает на вытеснение. Кроме эго-угрожаемой и контрольной групп, эти экспериментаторы включили в исследование третью группу. Она не была эго-угрожаемой, но испытуемые были раздражены тем, что в течение пятиминутного интервала, предназначенного для удержания стимулов, им предъявлялись через каждые 30 секунд не относящиеся к тесту кадры из кинофильмов. И снова результаты отчетливо показали, что после появления угрозы эго-угрожаемая группа продемонстрировала худшие результаты запоминания, чем контрольная группа, что указывает на эффект вытеснения, о котором ранее сообщал Д'Зарилла. Однако воспроизведение стимульного материала в «раздраженной» группе было значительно хуже, чем в контрольной, и почти такое же, как в эго-угрожаемой группе. В ходе последнего, третьего теста на запоминание (после снятия угрозы) значимых различий в воспроизведении между тремя группами не было получено. Из этого Холмс и Шеллоу сделали вывод о том, что скорее *интерференция*, а не вытеснение, опосредует влияние угрозы на запоминание. Действительно, в результате обзора очень большого количества литературы Холмс [Holmes, 1974] заключил, что нет доказательств существования вытеснения. Он объяснял, что «в свете большого количества уже существующих данных по этой проблеме и до получения новых фактов, способных подтвердить концепцию вытеснения, продолжение использования последней для объяснения поведения не кажется оправданным» [*Ibid*, p. 651].

Несмотря на имевшие место трудности в получении четких экспериментальных доказательств вытеснения, попытки изучения этой основной психодинамической концепции не прекращаются [Geisler, 1985; Lewicki, Hill, 1987]. Интерес к вытеснению, судя по недавним экспериментам Дэвиса и Шварца [Davis, Schwartz, 1987], не ослабевает. Эти исследователи рассматривают вытеснение как защитную стратегию, которая может быть связана со снижением способности вспоминать неприятные или негативные события. В своем исследовании они попросили студенток колледжа припомнить их собственное детство (до 14 лет) и

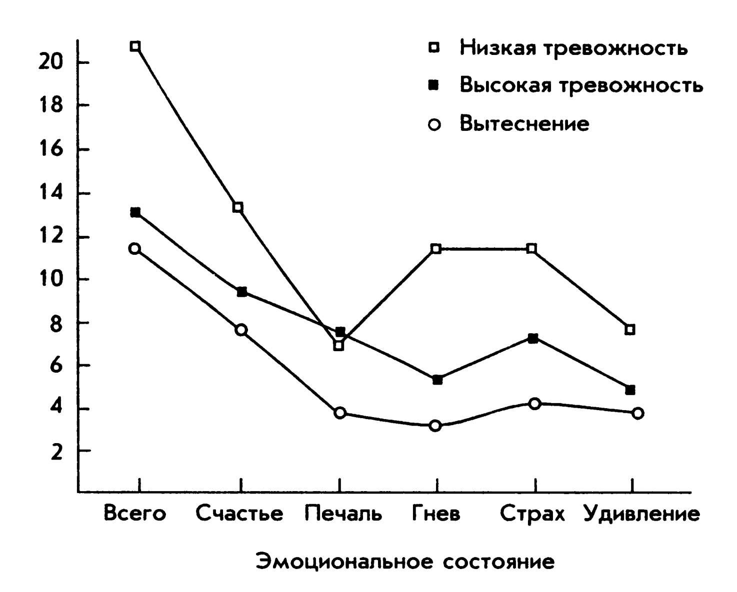


Рис. 3—3. *Количество воспроизведенной информации у испытуемых с высокой и низкой тревожностью, а также у использующих вытеснение.*
(Источник: Davis and Schwartz, 1987, p. 158.)

составить 1–2 предложения о любом переживании, ситуации или событии, пришедшем в голову. Их также попросили вспомнить свои детские переживания, связанные с каждой из пяти эмоций (счастье, печаль, гнев, страх и удивление), и указать самые ранние переживания в связи с каждой эмоцией, а также возраст, когда эти переживания имели место. До воспроизведения своего детского опыта все испытуемые заполняли опросники «Шкала проявления тревожности» Тэйлора, предназначенный для измерения тревожности, и «Шкала социальной желательности» Кроуна—Марлоу, служащий для измерения психологической защиты. На основе тестовых оценок, испытуемых разделили на две группы: группа использующих вытеснение (низкая тревожность — высокая степень защиты) и группа не использующих вытеснение (с высокой и низкой тревожностью). Результаты этого исследования приведены на рис. 3–3.

Как и предсказывает теория, испытуемые, использующие вытеснение, воспроизводили заметно меньше негативно окрашенного материала, чем испытуемые с низкой и высокой тревожностью. Кроме того, использующие вытеснение при указании возраста, на который приходились самые ранние негативные воспоминания, приводили гораздо более поздние годы, чем обе другие группы. Дэвид и Шварц рассматривали полученные результаты как «согласующиеся с гипотезой о том, что вытеснение предполагает неспособность к негативной эмоциональной памяти; результаты означают, что вытеснение связано некоторым образом с подавлением или торможением эмоционального опыта в целом. Концепция вытеснения как процесса, включающего ограниченный доступ негативных аффективных воспоминаний, представляется валидной» [*Ibid*, р. 155].

Каково научное значение такого защитного механизма как вытеснение? Взятые в целом имеющиеся экспериментальные результаты, похоже, лишь в ограниченной степени можно рассматривать как подтверждающие его существование. Эрдели и Голдберг [Erdelyi, Goldberg, 1979] представили краткий обзор современной психологической литературы по проблеме вытеснения. Они напоминают, что клинические наблюдения и исследования обеспечивают изобилие данных, согласующихся с этим феноменом. Однако недостаточная строгость клинического подхода создает серьезные трудности. С другой стороны, экспериментальные работы точны, но эта точность достигается дорогой ценой, а именно ценой существенного упрощения исследуемых процессов. Столкнувшись с подобной тупиковой ситуацией, мы можем даже заключить, что феномена вытеснения вообще не существует [Holmes, 1974], или же, вместе с другими исследователями, сделать вывод о том, что недостаточная убедительность экспериментальных данных может быть обусловлена в первую очередь методологической несостоятельностью проводившихся экспериментов [Erdelyi, Goldberg, 1979]. Одно направление в подходе к данной проблеме выглядит многообещающим: высказываются предложения переформулировать концепцию вытеснения в аспекте избирательной обработки и удерживания потока информации, поступающего в сенсорную систему человека. Подход с позиции способов обработки информации нашел свое выражение в работе Бауэра [Bower, 1981] по исследованию запоминания в зависимости от настроения или состояния. Его исследование показывает, что эмоциональное состояние обусловливает воспроизведение той информации или переживаний, которая совпадает с актуальным настроением. Например, люди, ощущающие себя счастливыми, вспоминают больше счастливых событий детства, чем те, кто чувствуют печаль. Сходным образом люди, ощущающие печаль, с большей вероятностью вспоминают неприятные эпизоды своего детства. Хотя Бауэр не заявляет, что он исследует непосредственно вытеснение, есть надежда на то, что этот важный защитный механизм можно изучать более плодотворно в русле информационного или когнитивного подхода [Edelson, 1986; Erdelyi, 1985]. Однако в настоящее время все же нет прочной эмпирической поддержки утверждения Фрейда о том, что люди используют вытеснение для борьбы с угрожающими или неприятными переживаниями.

Неосознаваемый конфликт: метод подпороговой психодинамической активации

Согласно Фрейду, конфликт, вызываемый неосознаваемыми, неприемлемыми импульсами либидо и агрессивными импульсами, составляет внутреннюю сторону жизни индивидуума. Фрейд утверждал, что подобный конфликт впервые возникает в детстве и продолжается в зрелости, когда его влияние на наблюдаемое поведение выражается в развитии болезненных симптомов. В прошлом исследователи психоаналитической ориентации проверяли гипотезу о том, что психопатология (то есть патологические симптомы) отражает неосознаваемый конфликт, почти исключительно при помощи интервью и анализа клинических случаев. Чтобы избежать некоторых проблем, связанных с подобными оценками, Силверман [Silverman, 1976, 1983] создал лабораторный метод для проверки психоаналити-

ческих предсказаний в отношении неосознанного конфликта и его роли в манифестации патологии. Этот свой метод он назвал *подпороговой психодинамической активацией.*

Метод подпороговой психодинамической активации требует применения тахистоскопа (прибора, с помощью которого осуществляется экспозиция на экран знакового или образного материала в течение долей секунды, что гарантирует невозможность его сознательного восприятия). В целом экспериментальная процедура включает предъявление стимулов или усиливающих конфликт, или ослабляющих его. Экспериментатор регистрирует появление предсказанных поведенческих реакций. Ожидается, что в первом случае стимулы, предъявленные на подпороговом уровне, вызовут неосознанный конфликт и, таким образом, усилят патологические реакции или иным образом помешают адаптивному поведению. Во втором случае предполагается, что предъявленные на бессознательном уровне стимулы смягчат неосознанный конфликт, вследствие чего патологические проявления уменьшатся или поведение станет более адаптивным. Например, подпороговый стимул «Мамочка и я — одно целое» может действовать успокаивающе на тех субъектов, которых подпороговый стимул «Я теряю мамочку» заставит расстроиться.

Силверман и его коллеги провели большое количество исследований, имеющих целью продемонстрировать, что подпороговое предъявление стимулов, усиливающих конфликт, в значительной степени влияет на уровень проявления патологии [Silverman, 1983]. В первом исследовании изучалось влияние на заикание конфликта между оральными агрессивными и анальными желаниями. Данный конфликт психоаналитическая теория соотносит именно с упомянутым расстройством [Silverman et al., 1972]. В качестве стимулов предъявлялось изображение нападающего льва с оскаленной пастью (оральное агрессивное состояние) и собаки в процессе дефекации (анальное состояние), а также изображение бабочки (контрольное состояние). Заикание оценивалось путем пересказа испытуемыми с этим речевым нарушением двух коротких отрывков сразу после их прочтения, а также составления рассказов по двум картам из «Теста тематической апперцепции». Как и ожидалось, испытуемые продемонстрировали значительное усиление заикания в процессе пересказа как в ответ на орально-агрессивный стимул, так и в ответ на анальный стимул, по сравнению с контрольной ситуацией. Однако при выполнении заданий «Теста тематической апперцепции» расстройства речи не наблюдалось.

Силверман [Silverman, 1976] также использовал метод подпороговой психодинамической активации для оценки кардинального положения фрейдовской теории депрессии — а именно, что данный симптом предполагает направленность на себя неосознанных агрессивных желаний. Результаты многих исследований (проведенных на пациентах, склонных к депрессии) показали, что подпороговое предъявление материала, содержание которого предназначено для усиления агрессивных желаний (например, фраза «Людоед пожирает человека» или изображение человека, закалывающего другого острым оружием), ведет к углублению депрессивных состояний. В то же время, усиление депрессивной симптоматики (определявшееся методом самооценки по шкалам настроения) не было выявлено после подпорогового предъявления нейтрального стимула (изображение летящей птицы).

Другая процедура подсознательной психодинамической активации применялась для проверки психоаналитической гипотезы о значении эдипова комплекса

Таблица 3-2. **Влияние эдипова комплекса на конкурирующее поведение в соревновании по метанию дротиков**

	Подпороговое предъявление трех стимулов		
	«Отец, который бьет своего сына, не прав»	«Отец, который бьет своего сына, прав»	«Люди прогуливаются пешком»
Очки			
До предъявления стимула	443,7	443,3	439,0
После предъявления стимула	349,0	533,3	442,3
Разность	-94,7	+99,0	+3,3

Источник: адаптировано из Silverman, Ross, Adler, Lustig, 1978, p. 246.

в конкурирующем поведении. Показателен эксперимент, проведенный Силверманом и его коллегами [Silverman et al., 1978]. Сначала мужчины-студенты колледжа состязались в метании дротиков. Затем после соревнования им предъявили один из трех различных подпороговых стимулов: «Отец, который бъет своего сына, не прав», «Отец, который бъет своего сына, прав» и «Люди прогуливаются пешком». Первый стимул был предназначен для усиления эдипова конфликта, второй этот конфликт смягчал, а третий был нейтральным. Вслед за процедурой подпороговой активации испытуемые снова метали дротики. Как и предсказывает психоаналитическая теория, испытуемые, получившие стимул «Отец, который бьет своего сына, не прав», показали значимо более низкие результаты, чем получившие нейтральный стимул. Испытуемые, которым был предъявлен стимул «Отец, который бьет своего сына, прав», показали значимо более высокие результаты в метании дротиков, по сравнению с получившими нейтральный стимул (табл. 3–2).

Другие исследования с использованием метода подпороговой психодинамической активации подтвердили следующие психоаналитические гипотезы:

- о связи шизофрении с орально-рецептивными конфликтами [Silverman et al., 1982];
- о связи чувства сексуальной вины с неразрешенным комплексом Электры у женщин [Geisler, 1986];
- о связи мужской гомосексуальности с неразрешенным эдиповым комплексом [Silverman, Fishel, 1981].

Результаты обширной исследовательской программы Силвермана дают повод для размышлений. Как показывает этот короткий обзор, метод подпороговой психодинамической активации оказался способным продемонстрировать ряд психологических явлений, связанных с психоаналитическими теориями о влиянии неосознанных конфликтов на поведение. Тем не менее, тщательная проверка некоторых моментов этого исследования вскрывает также и проблемы [Balay, Shevrin, 1988]. Критики указывают на то, что попытки воспроизвести влияние подпороговой психодинамической активации постоянно завершались неудачей: никакого

влияния вообще не было обнаружено. Например, экспериментаторы ни разу не получили повторения результатов Силвермана в эксперименте с метанием дротиков [Haspel, Harris, 1982; Heilbrun, 1980].

Кроме того, влияние психодинамической активации, похоже, проявляется только тогда, когда стимулы предъявляются на подпороговом уровне [Hardaway, 1990]. Другими словами, если связанные с конфликтом стимулы воспринимаются осознанно, они не могут усиливать психопатологические проявления. Наконец, следует сказать об этике: применение в отношении испытуемых (особенно пациентов психиатрической клиники) неосознаваемой активации имеет целью воздействие на их поведение. Силверман замечает: «Усиление психопатологических проявлений, вызываемое нашим экспериментом, длится недолго, а затем выраженность патологии возвращается на исходный уровень. Если вдуматься, то становится понятным, что данный метод влияет на людей не больше, чем многие события повседневной жизни, с которыми они сталкиваются постоянно» [Silverman, 1976, p. 626]. Он также сообщает испытуемым до начала эксперимента, что они будут получать неосознаваемую стимуляцию, и они имеют право узнать содержание этой стимуляции или сразу после эксперимента, или в конце всего исследования.

Не ясно, почему многие другие ученые не смогли повторить результаты Силвермана [Fisher et al., 1986; Oliver, Burkham, 1982]. Воспроизведение результатов является еще более обязательным, если нулевая гипотеза эксперимента противоречит положениям теории Фрейда. Работа Силвермана, посвященная объективной проверке влияния неосознанных конфликтов на поведение методом подпороговой психодинамической активации, заслуживает одобрения. Однако невозможность воспроизведения полученных им результатов (за небольшими исключениями) заставляет сделать вывод, что эмпирическое подтверждение теории Фрейда в отношении психопатологии далеко не убедительно.

Некоторые предостережения. В целом, оба исследовательских направления, рассмотренные здесь, показывают, как эмпирически проверяются психодинамические гипотезы. Приведенные работы представляют огромный интерес с точки зрения определения научной валидности психоаналитических гипотез. Однако при внимательном рассмотрении этих исследований становится очевидным, что многие из них не обеспечивают прямого, недвусмысленного подтверждения валидности предположений Фрейда о поведении человека. По этой причине, вероятно, будет благоразумным сделать вывод о том, что большинство из них не получили убедительного эмпирического подтверждения.

Теорию Фрейда чрезвычайно трудно верифицировать потому, что многим психоаналитическим концепциям сложно дать рабочие определения и измерить их эмпирически. В действительности, некоторые персонологи соглашаются с тем, что психоаналитические гипотезы в принципе непроверяемы; что концепции Фрейда слишком неопределенные, сложные и туманные, чтобы их можно было подвергать эмпирической проверке [Holt, 1985]. С их точки зрения, любая попытка оценить валидность психоаналитических положений обречена на неудачу, и поэтому от этих попыток следует отказаться. Как мы видим, усилия, вложенные в оценку научного значения психоаналитических идей, привели к некоторым впечатляющим достижениям. Но общий прогресс в лучшем случае можно назвать умеренным. Сегодня основной вопрос, касающийся теории психоанализа, состоит в том, можно ли ее концепции перевести на язык операциональных процедур,

которые обеспечат точную проверку, или они со временем приведут к возникновению другой теории, такой же объемлющей и функционально значимой, но более доступной для изучения и верификации. Сама же психоаналитическая теория, подобно любой другой сложной теории, претендующей на научность, должна постоянно искать новые факты и развиваться далее, используя разнообразные методы исследования.

ПРИМЕНЕНИЕ: ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ — ИССЛЕДОВАНИЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО

Теория психоанализа пригодна для понимания фактически любой сферы человеческого поведения. Такие разные области, как антропология, искусство, криминалистика, история, экономика, образование, философия, социология и религия, испытали на себе ее влияние. Можно без преувеличения сказать, что в современной психологии нет другой теории, которая имела бы столько конкретных приложений, как психоанализ. По правде говоря, психоанализ не избежал резкой критики со стороны современных персонологов. Например, многие считают, что теория Фрейда преувеличивает негативную, патологическую сторону человеческой жизни и наряду с этим недооценивает позитивные, здоровые аспекты самореализации в человеческом бытии. Однако даже те, кто отвергают ее, признают ее большой и плодотворный вклад в решение личностных проблем. Последнее является сегодня, быть может, наиболее значительным и перспективным приложением психоаналитической теории, к которой мы снова обращаемся.

Методы оценки: что происходит в процессе психоанализа

Так как в основу теории Фрейда о природе человека легли его клинические наблюдения над больными неврозами, имеет смысл рассмотреть терапевтические методы психоанализа. Сегодня немало психоаналитиков проводят терапию точно в соответствии с теоретическими взглядами Фрейда и его методами лечения. Кроме того, многие специалисты в области психического здоровья придерживаются четкой психоаналитической ориентации в сфере своей профессиональной деятельности. Чтобы понять, что же в действительности делает терапевт фрейдовской ориентации, обратимся к следующему клиническому случаю:

> Роберт, 18 лет, направлен к психоаналитику своим семейным врачом. В течение последнего года у него появилось множество болезненных симптомов, таких как головная боль, головокружение, учащенное сердцебиение, пробуждения посреди ночи с ощущением сильнейшей тревоги. Все это происходит на фоне постоянного, периодически переполняющего его страха смерти. Роберт думает, что у него опухоль головного мозга и он умрет. Но, несмотря на большое количество клинических обследований, у него не обнаружено физических данных для подобных симптомов. Врач в конце концов заключил, что «эти симптомы у Роберта, вероятно, обусловлены психологическими причинами».
>
> Роберт появился в приемной психоаналитика в сопровождении родителей. Он описывает свои проблемы и характеризует отношения с родителями как «благоприятные», хотя чувствует, что его отец «иногда бывает слишком строг». Он не разрешает Роберту

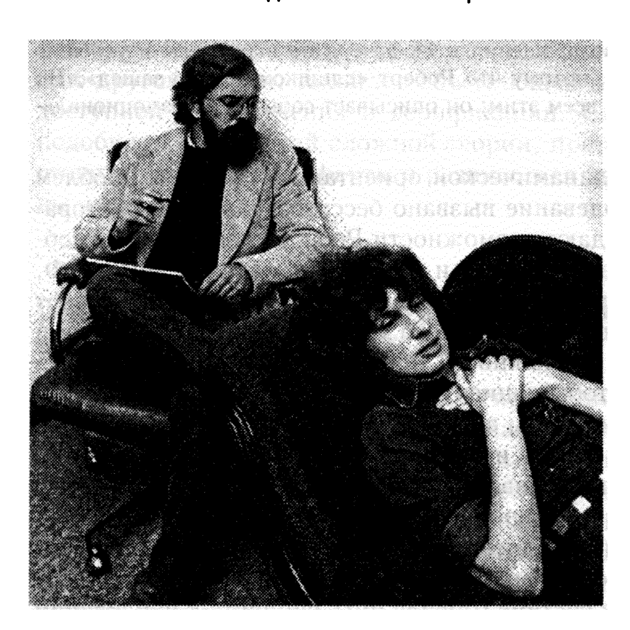
не ночевать дома, требует от него возвращения в 11 вечера по выходным и успешно разорвал его отношения с девушкой, потому что Роберт «слишком далеко зашел». Но Роберт не показывает, что возмущен всем этим; он описывает события в неэмоциональной, деловой манере.

С точки зрения терапевта психодинамической ориентации, причины проблем Роберта кроются в его детстве; заболевание вызвано бессознательными факторами. В совокупности эти факторы не дают возможности Роберту использовать собственные ресурсы для изменения своих чувств и поведения. Однако доктор Ф. (так мы назовем нашего терапевта) убежден, что благодаря психоанализу Роберт сможет прийти к пониманию причин испытываемого им сильного страха смерти и других симптомов, и это даст ему возможность преодолеть болезнь. Основная задача д-ра Ф. заключается в том, чтобы пациент столкнулся со своими проблемами лицом к лицу, начал их контролировать, а затем руководить собственной жизнью при более глубоком осознании своих истинных мотивов (то есть чтобы он усилил свое эго). Фрейд верил, что психоанализ — непревзойденное средство для достижения конструктивных личностных изменений.

Д-р Ф. назначил Роберту почти ежедневные сеансы терапии в течение нескольких лет. Успешный анализ требует много времени, усилий (обычно болезненных) и денег. Надо сказать, что в системе Фрейда путь пациента к изменениям очень долог, следовательно, и курс терапии растягивается на длительный срок. Тем не менее, Фрейд был убежден в том, что пациенты, особенно сообразительные и достаточно образованные, могут извлечь существенную пользу из внезапных прозрений, которые они испытывают благодаря психоанализу. Ниже мы рассмотрим методы оценки, используемые в психоанализе и применимые для устранения проблем Роберта, а также любых других типов проблем, с позиции ортодоксальных практикующих психоаналитиков.

Свободные ассоциации. Терапевтическая ситуация подготовлена таким образом, чтобы обеспечить наиболее благоприятные условия для свободных ассоциаций. При этой процедуре Роберта могут попросить расслабиться, устроиться в кресле или на классической кушетке и проговаривать вслух все мысли и воспоминания, которые приходят ему в голову, безотносительно того, насколько тривиальными, абсурдными или нелогичными они могут показаться. Д-р Ф. расположится вне поля зрения пациента, чтобы у Роберта уменьшилось напряжение. В основе правила *свободных ассоциаций*, которого придерживаются все практикующие психоаналитики, лежит предпосылка о том, что одна ассоциация влечет за собой другую, расположенную более глубоко в бессознательном. Ассоциации, продуцируемые пациентом, интерпретируются как символическое выражение подавленных мыслей и чувств.

Согласно фрейдовской позиции детерминизма, «свободные ассоциации» пациента на самом деле вовсе не являются свободными. Как и другие формы поведения, когнитивные и аффективные ассоциации Роберта направляются неосознанным процессом. Из-за вытеснения и бессознательной мотивации Роберт не осознает основного (то есть символического) значения того, о чем он говорит. Д-р Ф. использует свободные ассоциации, будучи уверенным в том, что расслабленное состояние Роберта позволит вытесненному материалу постепенно всплывать на поверхность сознания, и, таким образом, высвободится психическая энергия, которую можно использовать в целях лучшей адаптации. Это также позволит



Пациент, проходящий сеанс психоанализа, обычно лежит на кушетке, а терапевт сидит за ней вне поля зрения пациента. Пациенту предлагается говорить вслух все, что придет в голову, независимо от того, насколько эти мысли покажутся тривиальными или абсурдными.
(Judith D. Sedwick/The Picture Cube)

д-ру Ф. лучше понять природу неосознаваемых конфликтов Роберта и их причину. Может быть, например, свободные ассоциации Роберта приведут к раскрытию чувств, которые он испытывал в раннем возрасте, а именно чувства негодования и обиды (эдипова тема), а также к раскрытию соответствующего детского желания смерти своего отца.

Интерпретация сопротивления. В самом начале своей психоаналитической практики Фрейд обнаружил, что пациент обычно неспособен вспомнить или явно оказывает сопротивление воспоминанию вытесненных конфликтов или импульсов. Пациент сопротивляется. Таким образом, несмотря на тот факт, что Роберт осознанно хочет, чтобы его чувства изменились, чтобы прекратились его страдания, неосознанно он этому сопротивляется. Усилия д-ра Ф. направлены на то, чтобы помочь ему избавиться от моделей старого, неудовлетворительного поведения. Помочь Роберту осознать уловки своего сопротивления — задача д-ра Ф. Д-ру Ф. необходимо успешно работать с сопротивлением, чтобы достичь положительного результата в терапии.

Сопротивление означает тенденцию не затрагивать неосознанный конфликт и поэтому препятствовать любой попытке прозондировать истинные источники личностных проблем. Сопротивление проявляется множеством способов, демонстрируя, насколько эмоционально угрожающим может быть терапевтический процесс для пациента. Оно может выразиться в опозданиях пациента на терапевтические сеансы, в том, что он «забывает» о них, находит всяческие причины, чтобы не прийти. Наличие сопротивления также очевидно, когда пациент на время утрачивает способность к свободным ассоциациям, например: «Мне вспоминается один день, когда я был маленьким, и мы с мамой собрались вместе идти за покупками. Пришел домой папа, и вместо этого они с мамой ушли, а меня оставили у соседки. Я чувствовал... *(пауза)* Не знаю, почему, но моя голова сейчас, как пустая».

Предельная форма сопротивления — это, конечно, решение пациента досрочно прекратить терапию. Умелая интерпретация причин сопротивления является одним из методов, используемых д-ром Ф. для раскрытия подавленных конфликтов Роберта и избавления его от бессознательной защиты.

Анализ сновидений. Другой важный метод раскрытия тайн бессознательного — это *анализ сновидений* пациента. Фрейд рассматривал сны как прямой путь к бессознательному, поскольку считал, что их содержание раскрывает вытесненные желания. Он характеризовал сон как «королевскую дорогу» к бессознательному. Результатом его многочисленных клинических наблюдений стала убежденность в том, что сны можно понимать и истолковывать как символическое удовлетворение желаний и что в их содержании частично отражаются ранние детские переживания. Психоаналитики считают, что благодаря тщательно разработанным процедурам интерпретации сновидений, включая анализ скрытой символики, они могут способствовать более глубокому пониманию пациентом природы его симптомов и мотивационных конфликтов.

Например, Роберт может рассказать о сновидении, в котором его отец уезжает (символ смерти) на поезде, а он остается на перроне, держась за руки с матерью и своей бывшей подружкой, и испытывает одновременно чувства удовлетворения и сильной вины. Если терапевтические условия окажутся подходящими, д-р Ф. поможет Роберту увидеть, что в его сне отражается очень давно подавленное, связанное с эдиповым комплексом, желание смерти отца, с новой силой вспыхнувшее в прошлом году, когда тот воспрепятствовал отношениям Роберта с девушкой. Таким образом, благодаря анализу сновидений и их интерпретации Роберт начал в большей степени осознавать истинный конфликт, лежащий в основе его болезненных симптомов.

Анализ трансфера. Ранее в этой главе мы определили замещение как защитный механизм, при котором неосознанный импульс разряжается на каком-нибудь человеке или объекте, но не на том именно, на который он был направлен изначально. Когда это явление имеет место в процессе терапии, оно называется *трансфером.* Точнее говоря, трансфер появляется тогда, когда пациенты переносят на аналитика чувства любви или ненависти, которые они раньше испытывали к другому значимому лицу (часто к родителю). Фрейд был убежден в том, что в трансфере отражается потребность пациента найти объект, чтобы получить возможность выразить свое вытесненное чувство любви. Аналитик в этом случае играет роль заместителя объекта любви. Трансфер можно обнаружить в прямой вербальной коммуникации, в свободных ассоциациях или содержании сновидений. Например, можно считать, что у Роберта появились признаки трансфера, если он скажет что-нибудь вроде: «Д-р Ф., какого черта вы решили уехать в двухнедельный отпуск со своей проклятой любимой женой, когда у нас только-только начало что-то получаться в анализе?» На более глубинном уровне Роберт проявляет такие эмоции по отношению к д-ру Ф., какие он испытывал раньше, в детстве, по отношению к своему отцу (снова тема эдипова комплекса).

Так как феномен трансфера действует на бессознательном уровне, пациент совершенно не осознает его функционального значения. Не давая никакого объяснения пациенту по поводу трансфера, терапевт поощряет развитие последнего до тех пор, пока у пациента не сформируется то, что Фрейд называл

неврозом трансфера. По сути, это «невроз в миниатюре», который повышает вероятность появления у пациента *инсайта* — внезапного осознания своих прочно укоренившихся способов переживания, чувств и реакций на значимых людей, начиная с ранних лет жизни. Согласно Фрейду, по мере того, как пациент начинает постепенно осознавать истинное значение своих отношений трансфера с аналитиком, он достигает инсайта в отношении своих прошлых переживаний и чувств, наиболее тесно связанных с его актуальными трудностями. Ортодоксальные психоаналитики рассматривают анализ трансфера как абсолютно необходимый этап терапевтического процесса, считая, что успех терапии зависит исключительно от этого.

В случае Роберта интерпретация д-ром Ф. отношений трансфера может выявить, что он и сильно любил, и ненавидел своего отца. Глубоко негодуя из-за отношения отца к матери, Роберт желал смерти отца. Но, в то же время любя его, он испытывал сильное чувство вины и поэтому подавлял это свое желание. Тем не менее, после того, как отец вмешался в его отношения с новым «объектом любви» (его бывшей подружкой), это чувство, прежде глубоко спрятанное, прорвалось в сознание в искаженной форме страха собственной смерти. Таким образом, захлестывающий Роберта страх смерти (его основной симптом) может быть психоаналитически интерпретирован как символическое желание смерти отца (неосознанный страх того, что он убьет отца), сопровождающееся угнетающим чувством вины, которое вылилось в результате в неосознаваемое самонаказание. Сильный страх смерти у Роберта и сопровождающие его симптомы совершенно четко сопутствуют этому стремлению к самонаказанию. Другие элементы, такие как возможная связь между страхом кастрации и страхом смерти, могут также укладываться в данное объяснение симптоматики у Роберта. И терапевт, конечно, использует все упомянутые техники (а не только анализ переноса) для окончательной интерпретации.

Эмоциональное переучивание. Поощрение пациентов к использованию новых для них интеллектуальных озарений в повседневной жизни называется *эмоциональным переучиванием.* Каждый терапевтический метод по-своему позволяет помочь пациентам достичь более глубокого осознания причин своего поведения. Однако только одного инсайта, столь необходимого в психоаналитической терапии, явно недостаточно для изменения поведения. Побуждаемые аналитиком, пациенты должны со временем применить новое понимание себя в повседневной жизни; они должны научиться думать, воспринимать, чувствовать и вести себя по-другому. Иначе психоанализ будет ничем иным, как просто эмоционально истощающим упражнением, очень продолжительным и дорогостоящим.

Эмоциональное переучивание в основном осуществляется на завершающих этапах терапии, поскольку сначала необходимо достичь требуемого осознания. Итак, д-р Ф., приведя Роберта к более глубокому пониманию причин страха смерти и сопутствующих симптомов, должен помочь ему проанализировать конкретные пути перестройки собственных чувств и поведения. Основываясь на новом понимании себя, Роберт попытается избавиться от своей детской «пристыженности», начать относиться к своему отцу, исходя из реалий сегодняшнего дня, функционировать более независимо от родителей и строить более зрелые любовные отношения. Со временем Роберт сможет довести до конца все то, что было намечено при поддержке д-ра Ф. В значительной степени эмоциональное пере-

учивание произойдет благодаря терапевтическим дискуссиям об актуальной жизненной ситуации Роберта в свете его нового понимания прошлого опыта. Когда он добьется значительного прогресса в этих новых сферах своей личности, терапия закончится по взаимному соглашению.

Каждая из техник анализа, обсуждавшихся выше, показательна для «классического» психоанализа, практикуемого сейчас с небольшими вариациями в деталях [Kernberg, 1976; Greenly et al., 1981]. Случай Роберта служит примером акцента на эдиповом комплексе и того значения, которое Фрейд придавал переживаниям раннего детства в формировании впоследствии невротического поведения. Психоаналитическая терапия может быть чрезвычайно затяжным процессом, зачастую требуя не менее часа в день, пять дней в неделю и продолжаясь от года до пяти лет и даже дольше! Поэтому данная форма терапии стоит довольно дорого, и часто ее объем ограничивается доходом клиента. Тем не менее, основная цель анализа – ни много ни мало — достижение коренных изменений в структуре личности индивидуума. Его задачи — повышение уровня осознания, интеграция личности, социальная эффективность и психологическая зрелость. Очевидно, что такие цели не достигаются быстро. Невзирая на максималистское суждение о том, что терапевтическая значимость психоанализа сойдет на нет в будущем [Wolpe, 1981; Kline, 1984], он является значительным первопроходческим направлением на пути продолжающихся попыток облегчать человеческие страдания.

Последние достижения в психоаналитической терапии. Психоаналитики и другие современные терапевты ввели в лечебную практику много новшеств. В этом ряду не последнее место занимает такой практический вопрос, как требуемая продолжительность терапии. Как было отмечено, окончание традиционного психоанализа не определено заранее, он может продолжаться годами. Люборский [Luborsky, 1984] описывает три новшества в современной психоаналитической терапии. Первое — ограничения в продолжительности терапии (обычно 25 сеансов). Анализ как таковой теперь стал более структурированным и целенаправленным по сравнению с традиционным. Второе изменение — групповая или семейная терапия, проводимая с аналитических позиций. Здесь терапевт имеет возможность собирать информацию о том, как пациенты взаимодействуют друг с другом. Наконец, в-третьих, некоторые аналитики назначают лекарственные препараты в сочетании с традиционными методами анализа. Люборский предостерегает против чрезмерного увлечения лекарствами, что, как он думает, может препятствовать появлению инсайта, маскировать симптомы и выступать в качестве суррогата терапевтических отношений.

РЕЗЮМЕ

Психоаналитическая теория Фрейда представляет собой пример психодинамического подхода к изучению поведения человека. При таком подходе считается, что неосознаваемые психологические конфликты контролируют поведение человека. Зигмунд Фрейд, основатель психоанализа, строил психоаналитические концепции почти полностью на своих обширных клинических наблюдениях над больными неврозами, а также на психоанализе.

Фрейд выделял три уровня сознания — сознание, предсознательное и бессознательное — с целью описания степени доступности психических процессов осознаванию. Наиболее значительные психические события происходят в бессознательном (которое по своей природе является инстинктивным и отделено от реальности).

В теории Фрейда личность человека включает в себя три структурных компонента: ид, эго и суперэго. Ид, представляющее собой инстинктивное ядро личности, является примитивным, импульсивным и подчиняется принципу удовольствия. Ид использует рефлекторные реакции и первичные представления с целью получения немедленного удовлетворения инстинктивных побуждений. Эго представляет собой рациональную часть личности и руководствуется принципом реальности. Его задачей является разработка для индивидуума соответствующего плана действий, чтобы удовлетворять требованиям ид в рамках ограничений социального мира и сознания индивидуума. Эту задачу эго решает при помощи вторичных процессов представления. Суперэго, формирующееся последним в процессе развития личности, представляет собой ее моральную сторону. Суперэго состоит из двух структур — совести и эго-идеала.

Теория мотивации Фрейда основана на концепции инстинкта, определенного как врожденное состояние возбуждения, которое ищет разрядки. В теории психоанализа различают две категории инстинкта: инстинкт жизни (Эрос) и инстинкт смерти (Танатос). Инстинкт имеет четыре основные параметра: источник, цель, объект и стимул.

Данное Фрейдом объяснение стадий психосексуального развития основано на предпосылке о том, что сексуальность дается от рождения и развивается дальше, охватывая ряд биологически определенных эрогенных зон, вплоть до достижения зрелости. В представлении Фрейда развитие личности проходит через четыре следующие стадии: оральную, анальную, фаллическую и генитальную. Латентный период не является стадией психосексуального развития. Фрейд предполагал, что в процессе психосексуального развития неразрешенные конфликты приводят к фиксации и образованию определенных типов характера. Так, взрослые с фиксацией на анально-удерживающей стадии становятся негибкими, скучными и непреодолимо аккуратными.

Фрейд выделял три типа тревоги: реалистическую, невротическую и моральную. Он полагал, что тревога играет роль сигнала, предупреждающего эго о надвигающейся опасности, исходящей от инстинктивных импульсов. В ответ эго использует ряд защитных механизмов, включая вытеснение, проекцию, замещение, рационализацию, реактивное образование, регрессию, сублимацию и отрицание. Защитные механизмы действуют неосознанно и искажают восприятие реальности индивидуумом.

Теория Фрейда опирается на определенные исходные положения относительно природы человека. В психоаналитической теории нашли выражение:

- сильная приверженность положениям и принципам детерминизма, иррациональности, неизменяемости, гомеостаза и познаваемости;
- умеренно выраженная приверженность положениям холизма, конституционализма и проактивности;
- незначительная приверженность принципу субъективности.

Многие психоаналитические концепции до сих пор нуждаются в строгой эмпирической проверке. Фрейд обосновывал эмпирическую валидность своей теории на основе клинических наблюдений над пациентами в ходе терапии и возражал против экспериментальных исследований в лабораторных условиях. Тем не менее, предпринимались попытки установить валидность некоторых концепций психоанализа. Наиболее характерные исследования фокусировались на экспериментальной оценке вытеснения и подпороговой психодинамической активации неосознаваемого конфликта, а также на их влиянии на патологическое поведение. Эти исследования предоставили эмпирическую поддержку определенных ключевых психоаналитических гипотез. Однако в отношении результатов каждого исследования следует проявлять осторожность и критичность.

Концепции психоанализа имеют очень много приложений в повседневной жизни. Одно из наиболее значительных — психоаналитическая терапия — использует достаточно хорошо апробированные методы: метод свободных ассоциаций, интерпретация сопротивления и анализ переноса. Все они нацелены на изучение бессознательного, что обеспечивает возможность более глубокого понимания пациентом своей личности. Эти новые знания о себе затем переносятся в повседневную жизнь с помощью метода эмоционального переучивания. Недавние изменения в практике психоанализа привели к появлению так называемой психоаналитической терапии, где возможны ограничения в продолжительности терапии, делается упор на групповую или семейную терапию и назначение медицинских препаратов в сочетании с традиционными методами психоанализа.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Согласны ли вы с Фрейдом в том, что половое влечение и агрессия — два основных мотива, лежащие в основе человеческого поведения?
2. Опишите природу и функции ид, эго и суперэго — трех основных личностных структур. Каким образом взаимодействие между этими структурами создает внутренний конфликт у человека?
3. Как вы думаете, какие из защитных механизмов, описанных в этой главе, чаще действуют у вас? Как они помогают вам чувствовать себя лучше?
4. Как вы могли бы объяснить поведение чрезмерно пунктуального и опрятного человека, используя фрейдовскую модель психосексуального развития?
5. Как объясняет Фрейд освоение половых ролей мальчиками и девочками на фаллической стадии? Согласны ли вы с его объяснением?
6. Согласны ли вы с Фрейдом в том, что невозможно жить нормальной, здоровой жизнью без прямого удовлетворения сексуального инстинкта?
7. Находит ли эмпирическое подтверждение психоаналитическое утверждение о том, что бессознательные конфликты являются причиной патологического поведения? Есть ли какие-то подтверждения положения о том, что люди вытесняют неприятные или угрожающие переживания?
8. Какова позиция Фрейда по вопросу «свободная воля или детерминизм»?
9. Какие проблемы возникают при проверке валидности фрейдовских концепций, основанных на клиническом методе?
10. Представьте, что вы лежите на кушетке и разговариваете с психоаналитиком. Какие сферы вашей жизни вы больше всего хотели бы обсудить? Разговор о каких сферах вызвал бы у вас сопротивление? Думаете ли вы, что смогли бы лучше себя понять в результате этого процесса? Что бы вы хотели получить? Как, по-вашему, вы достигли бы этого осознания?

ГЛОССАРИЙ

Анальная стадия (Anal stage). Вторая стадия психосексуального развития, в ходе которой достигается контроль над кишечником, и удовольствие сфокусировано на удержании или выталкивании фекалий.

Анальный характер (Anal character). Концепция Фрейда о типе личности, в котором находит выражение фиксация на анальной стадии развития. Взрослый человек с таким типом характера скупой, упрямый, запасливый (анально-удерживающий тип) или враждебный, беспорядочный и жестокий (анально-агрессивный тип).

Анализ сновидений (Dream analysis). Психоаналитический метод, посредством которого интерпретируется символика сновидений с целью помочь пациентам понять причины их симптомов и мотивационных конфликтов.

Антикатексис (Anticathexis). Препятствие, делающее невозможным удовлетворение инстинкта.

Бессознательное (Unconscious). Аспект психики, содержащий социально неприемлемые конфликты и желания. Последние могут быть переведены на уровень сознания благодаря использованию таких методов как свободная ассоциация и интерпретация сновидений.

Вторичный процесс (Secondary process). В теории психоанализа — когнитивно-перцептивные навыки, дающие возможность индивидууму удовлетворять инстинктивные потребности, не подвергая опасности ни себя, ни других.

Вытеснение (Repression). Защитный механизм, заключающийся в том, что нежелательные мысли или импульсы не допускаются до уровня осознания.

Генитальная стадия (Genital stage). Четвертая и последняя стадия психосексуального развития, в ходе которой формируются зрелые гетеросексуальные отношения (стадия длится от подросткового возраста до смерти).

Генитальный характер (Genital character). Термин, введенный Фрейдом для обозначения идеального психического здоровья. Такой тип характера встречается у индивидуума, обладающего нормальной сексуальностью, способного к интимным отношениям с другими, вносящего свой вклад в общество благодаря продуктивной работе.

Зависть к пенису (Penis envy). В теории психоанализа — желание девочки иметь пенис, а также ее анатомическое открытие, что такового у нее нет.

Замещение (Displacement). Защитный механизм, суть которого состоит в переадресовании чувств или импульсов кому-то, для кого они не предназначались, по причине возможного возмездия со стороны истинного объекта. Например, студент, которого критикует преподаватель, выливает свое раздражение на соседа или соседку по общежитию.

Защитные механизмы (Defense mechanism). Неосознанные реакции, защищающие индивидуум от таких неприятных эмоций, как тревога и чувство вины; эго-защитные тенденции, искажающие или скрывающие угрожающие импульсы от человека.

Ид (Id). Аспект структуры личности, все содержание которого является унаследованным; присутствует с рождения и закреплено в конституции индивидуума. Ид чувственно, иррационально и свободно от каких бы то ни было ограничений.

Идентификация (Identification). Процесс, посредством которого ребенок присваивает характеристики другого лица, обычно родителя, чтобы освободиться от собственной тревоги и ослабить внутренние конфликты.

Инстинкт (Instinct). Врожденное, локализующееся на уровне тканей организма, состояние возбуждения, стремящееся выразиться вовне и привести к снятию напряжения. Согласно Фрейду, представляет собой психические проявления врожденных телесных состояний возбуждения, выражающиеся в форме желаний.

Инстинкт жизни (Life instinct). Идея Фрейда о том, что люди стремятся к самосохранению.

Инстинкт смерти (Death instinct). Идея Фрейда о том, что люди движимы побуждениями саморазрушения и смерти (часто выражается внешне как агрессия).

Катексис (Cathexis). Направленность психической энергии на объект, идею или поведение.

Комплекс Электры (Electra complex). Женская версия эдипова комплекса в теории Фрейда.

Латентный период (Latency period). Период, на протяжении которого энергия либидо дремлет, и внимание сосредоточено на развитии интересов и навыков в контактах со сверстниками того же пола.

Либидо (Libido). Часть психической энергии, ищущая удовлетворения исключительно в половом поведении (сексуальная энергия).

Моральная тревога (Moral anxiety). Чувство стыда и вины, испытываемые индивидуумом, когда его эго грозит наказание со стороны суперэго.

Невротическая тревога (Neurotic anxiety). Эмоциональный ответ в виде страха, испытываемого индивидуумом, когда эго находится под угрозой неподвластных контролю инстинктивных желаний (боязнь, что импульсы, идущие от ид, причинят эго неприятности).

Оральная стадия (Oral stage). Первая стадия психосексуального развития, на которой основным источником интереса и удовольствия является рот.

Оральный характер (Oral character). Концепция Фрейда о типе личности, в котором выражается фиксация на оральной стадии развития. Взрослый человек с таким типом личности характеризуется пассивностью, зависимостью и доверчивостью (орально-пассивный) или негативизмом, стремлением эксплуатировать других и сарказмом (орально-садистический).

Отрицание (Denial). Защитный механизм, проявляющийся в избавлении индивидуума от угрожающих переживаний, вызванных окружением, путем отгораживания от их существования.

Первичный процесс (Primary process). Удовлетворение инстинктивной потребности в фантазии. Психологический феномен, благодаря которому у индивидуума уменьшается напряжение при формировании образа объекта, ранее ассоциировавшегося с удовлетворением основной потребности.

Предсознательное (Preconscious). Те мысли и чувства, которых индивидуум не осознает в любой данный момент, но которые могут быть осознанными с небольшими затруднениями или совсем без труда (например, дата вашего рождения).

Принцип реальности (Reality principle). Ориентация, которая предусматривает отсрочку удовлетворения инстинкта до тех пор, пока не будет найден подходящий объект и/или условие для удовлетворения данной потребности.

Принцип удовольствия (Pleasure principle). Ориентация, при которой требуется немедленное удовлетворение всех желаний и потребностей, невзирая на требования или ограничения действительности.

Проекция (Projection). Защитный механизм, состоящий в том, что индивидуум приписывает другим свои неприемлемые желания.

Психоанализ (Psychoanalysis). Теория личности — личностной структуры развития, динамики и изменений, — созданная Фрейдом. В психоанализе делается сильный упор на роль биологических и неосознаваемых факторов в регуляции поведения. Также утверждается, что поведение человека в своей основе иррационально и является результатом взаимодействия между ид, эго и суперэго.

Психодинамическая теория (Psychodynamic theory). Теория или точка зрения, подчеркивающая неосознаваемые психические или эмоциональные мотивы в качестве основы человеческого поведения.

Психосексуальное развитие (Psychosexual development). Теория, сформулированная Фрейдом, объясняющая развитие личности на языке изменений в биологическом функционировании индивидуума. Социальный опыт на каждой стадии предположительно оставляет свой отпечаток в виде установок, черт личности и ценностей, приобретенных на данной стадии.

Рационализация (Rationalization). Защитный механизм, позволяющий индивидууму находить правдоподобные оправдания своих неудач.

Реактивное образование (Reaction formation). Защитный механизм, позволяющий снижать уровень тревоги путем подавления одних импульсов и чувств и усиления импульсов и чувств противоположного значения.

Реалистическая тревога (Realistic anxiety). Эмоциональный ответ, вызванный угрозой или восприятием реальных опасностей во внешнем окружении.

Регрессия (Regression). Защитный механизм, заключающийся в том, что индивидуум отступает на более раннюю стадию развития, более безопасную и приятную; использование менее зрелых ответов в попытке справиться со стрессом.

Рефлекторное действие (Reflex action). Процесс, посредством которого ид освобождается от напряжения, автоматически реагируя на источник раздражения.

Сверхзаботливость (Overindulgence). Термин, используемый для описания поведения родителей, которые в недостаточной степени или совсем не побуждают ребенка к развитию у него самоконтроля.

Свободная ассоциация (Free association). Психоаналитическая процедура изучения бессознательного, в процессе которой индивидуум свободно говорит обо всем, что приходит в голову, невзирая на то, насколько тривиальным, абсурдным или непристойным это может показаться.

Сексуальный инстинкт (Sexual instinct). Идея Фрейда о том, что людьми движет стремление к сексуальному удовлетворению или удовольствию.

Сознание (Conscious). Мысли и чувства, которые индивидуум осознает в любой данный момент.

Сопротивление (Resistance). Тенденция сопротивляться раскрытию подавленного материала в ходе терапии; также тенденция сохранять модели защитного поведения путем досрочного прерывания психотерапии.

Страх кастрации (Castration anxiety). Испытываемый маленькими мальчиками страх, что отец кастрирует их по причине сексуального соперничества из-за матери.

Структурная модель (Structural model). Постулированное Фрейдом разделение структуры личности на три уровня: ид, эго и суперэго.

Сублимация (Sublimation). Форма замещения, при которой импульсы ид направляются на социально приемлемую активность.

Суперэго (Superego). В теории психоанализа — этическое или моральное образование в структуре личности; представляет собой интернализованную индивидуумом систему социальных норм и стандартов поведения, полученную от родителей посредством поощрения и наказания.

Тип характера (Character type). Фрейдовская классификация людей на категории, в зависимости от фиксации на определенной стадии психосексуального развития.

Топографическая модель (Topographical model). Описанная Фрейдом модель трех уровней психики (сознание, предсознательное и бессознательное).

Трансфер (Transference). Важный феномен в психоаналитической терапии, заключающийся в том, что пациент переносит чувства, которые он испытывал в прошлом по отношению к значимым другим (обычно один из родителей), на терапевта.

Фаллическая стадия (Phallic stage). Третья стадия психосексуального развития, во время которой половые органы становятся основным источником удовольствия и наслаждения.

Фаллический характер (Phallic character). Данное Фрейдом определение типа личности, в котором отражена фиксация на фаллической стадии развития. Взрослый человек с таким типом личности характеризуется дерзостью, эксгибиционизмом, чрезмерной гордостью и соперничеством с другими.

Фиксация (Fixation). Остановка развития личности на одной из ранних психосексуальных стадий, вызванная фрустрацией или вседозволенностью со стороны родителей.

Фрустрация (Frustration). Отсутствие удовлетворения потребности или желания со стороны материнской фигуры. Также возникает при блокировании достижения личных целей.

Эго (Ego). В теории психоанализа — аспект личностной структуры; включает восприятие, мышление, научение и все другие виды психической активности, необходимые для эффективного взаимодействия с социальным миром.

Эго-идеал (Ego-ideal). Аспект суперэго, содержащий определенные стандарты совершенства, которым ребенка учили родители. Эго-идеалом индивид руководствуется, когда ставит перед собой цели, достижение которых приводит к повышению самооценки и чувству гордости.

Эдипов комплекс или комплекс Электры (Oedipus or **Electra complex).** Процесс, развертывающийся на фаллической стадии, когда ребенок стремится к сексуальному соединению с родителем противоположного пола, чувствует угрозу от родителя одного с ним пола и со временем разрешает конфликт посредством идентификации с родителем своего пола. Ребенок испытывает эротические чувства по отношению к родителю противоположного пола и испытывает ненависть и ревность к родителю того же пола.

Эмоциональное переучивание (Emotional reeducation). Психоаналитический метод, используемый на последнем этапе лечения, помогающий пациенту применять пережитое им осознание для достижения изменений в повседневной жизни.

Энтропия (Entropy). Закон термодинамики, согласно которому любая энергетическая система стремится к состоянию равновесия. В теории психоанализа энтропия означает, что всем живым организмам присуще обязательное стремление вернуться в неживое состояние, из которого они изначально произошли.

Эрогенные зоны (Erogenous zones). Те участки тела, где соединяются внешние и внутренние ткани и которые являются источниками напряжения и возбуждения.

БИБЛИОГРАФИЯ

Adorno I., Frenkel-Brunswick E., Levinson D., Sanford R. (1950). The authoritarian personality. New York: Harper and Row.

Balay J., Shevrin H. (1988). The subliminal psychodynamic activation method: A critical review. American Psychologist, 43, 161–174.

Bower G. H. (1981). Mood and memory. American Psychologist, 36, 129–148.

Breuer J., Freud S. (1895). Studies in hysteria (Trans. A. Brill). In J. Strachey (Ed.). The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 2). London: Hogarth.

Byck R. (Ed.) (1974). Cocaine papers by Sigmund Freud. New York: Meridian.

Clark R. W. (1980). Freud: The man and the cause. New York: Random House.

Cohen J. (1969). Personality dynamics: Eyewitness series in psychology. Chicago: Rand McNally.

Cramer P. (1987). The development of defense mechanisms. Journal of Personality, 55, 597–614.

Cramer P. (1988). The Defense Mechanism Inventory: A review of research and discussion of the scales. Journal of Personality Assessment, 52, 142–164.

Davis P. J., Schwartz G. E. (1987). Repression and the inaccessibility of affective memories. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 155–162.

D'Zurilla T. (1965). Recall efficiency and mediating cognitive events in «experimental repression». Journal of Personality and Social Psychology, 1, 253–257.

Edelson M. (1986). The convergence of psychoanalysis and neuroscience: Illusion and reality. Contemporary Psychoanalysis, 22, 479–519.

Ellenberger H. F. (1970). The discovery of the unconscious. New York: Basic Books.

Erdelyi M. H. (1985). Psychoanalysis: Freud's cognitive psychology. New York: Freeman.

Erdelyi M. H., Goldberg B. (1979). Let's not sweep repression under the rug: Toward a cognitive psychology of repression. In J. F. Kihlstrom, F. J. Evans (Eds.). Functional disorders of memory. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Fenichel O. (1945). The psychoanalytic theory of neurosis. New York: Norton.

Fisher C. B., Glenwick D.S., Blumenthal R. S. (1986). Subliminal oedipal stimuli and competitive performance: An investigation of between-groups effects and mediating subject variables. Journal of Abnormal Psychology, 95, 292–294.
Fisher S., Greenberg R. P. (1985). The scientific credibility of Freud's theories and therapy. New York: Columbia University Press.
Flavell J. (1955). Repression and the «return of the repressed.» Journal of Consulting Psychology, 19, 441–443.
Freud S. (1900/1953). The interpretation of dreams. In J. Strachey (Ed. & Trans.). The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vols. 4 and 5). London: Hogarth.
Freud S. (1901/1960). The psychopathology of everyday life. In Standard edition (Vol. 6). London: Hogarth.
Freud S. (1905a/1953). Three essays on sexuality. In Standard edition (Vol. 7). London: Hogarth.
Freud S. (1905b/1960). Jokes and their relation to the unconscious. In Standard edition (Vol. 8). London: Hogarth.
Freud S. (1915–1917/1943). A general introduction to psychoanalysis. New York: Doubleday.
Freud S. (1920a/1955). Introductory lectures on psycho-analysis. In Standard edition (Vol. 18). London: Hogarth.
Freud S. (1920b/1955). Beyond the pleasure principle. In Standard edition (Vol. 18). London: Hogarth.
Freud S. (1923/1961). The ego and the id. In Standard edition (Vol. 19). London: Hogarth.
Freud S. (1926/1959). Inhibitions, symptoms, and anxiety. In Standard edition (Vol. 20). London: Hogarth.
Freud S. (1927/1961). The future of an illusion. In Standard edition (Vol. 22). London: Hogarth.
Freud S. (1930/1961). Civilization and its discontents. In Standard edition (Vol. 21). London: Hogarth.
Freud S. (1933/1964). New introductory lectures on psychoanalysis. In Standard edition (Vol. 21). London: Hogarth.
Freud S. (1940/1964). An outline of psychoanalysis. In Standard edition (Vol. 23). London: Hogarth.
Geisler C. (1985). Repression: A psychoanalytic perspective revisited. Psychoanalysis and Contemporary Thought, 8, 253–298.
Geisler C. (1986). The use of subliminal psychodynamic activation in the study of repression. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 844–851.
Gilligan C. A. (1982). In a different voice: Psychological theory and women's development. Cambridge, MA: Harvard University Press.
Golden G. K. (1987). Creativity: An object relations perspective. Clinical Social Work Journal, 15, 214–222.
Greenley J. R., Kepecs J. G., Henry W. E. (1981). Trends in urban American psychiatry: Practice in Chicago in 1962 and 1973. Social Psychiatry, 16, 123–128.
Grunbaum A. (1984). Foundations of psychoanalysis: A philosophical critique. Berkeley: University of California Press.
Hammer J. (1970). Preference for gender of child as a function of sex of adult respondents. Journal of Individual Psychology, 31, 54–56.
Hardaway R. A. (1990). Subliminally activated symbiotic fantasies: Facts and artifacts. Psychological Bulletin, 107, 177–195.
Haspel K. C., Harris R. S. (1982). Effect of tachistoscopic stimulation of subconscious oedipal wishes on competitive performance: A failure to replicate. Journal of Abnormal Psychology, 91, 437–443.
Heilbrun K. S. (1980). Silverman's psychodynamic activation: A failure to replicate. Journal of Abnormal Psychology, 89, 560–566.
Holmes D. S. (1974). Investigations of repression: Differential recall of material experimentally or naturally associated with ego threat. Psychological Bulletin, 81, 632–653.

Holmes D. S., Schallow J. (1969). Reduced recall after ego threat: Repression or response competition? Journal of Personality and Social Psychology, 13, 145–152.
Holt R. R. (1985). The current status of psychoanalytic theory. Psychoanalytic Psychology, 2, 289–315.
Isbister J. N. (1985). Freud: An introduction to his life and work. Cambridge, Eng: Polity Press.
Jersild A. (1931). Memory for the pleasant as compared with the unpleasant. Journal of Experimental Psychology, 14, 284–288.
Jones E. (1953). The life and work of Sigmund Freud. (Vol. 1, 1856–1900). The formative years and the great discoveries. New York: Basic Books.
Jones E. (1955). Years of maturity (Vol. II, 1901–1919). New York: Basic Books.
Jones E. (1957). The lust phase (Vol. III, 1919–1939). New York: Basic Books.
Kernberg O. F. (1976). Object relations theory and classical psychoanalysis. New York: Jason Aronson.
Kernberg O. F. (1986). Institutional problems of psychoanalytic education. Journal of the American Psychoanalitic Association, 34, 799–834.
Kline P. (1984). Psychology and Freudian theory. London: Methuen.
Lerman H. (1986). A mote in Freud's eye: From psychoanalysis to the psychology of women. New York: Springer.
Lewicki P., Hill T. (1987). Unconscious processes as explanations of behavior in cognitive, personality, and social psychology. Personality and Social Psychology Bulletin, 13, 355–362.
Luborsky L. (1984). Principles of psychoanalytic psychotherapy. New York: Basic Books.
Masling J. (1983). Empirical studies of psychoanalytic theories (Vol. 1). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Masling J. (1986). Empirical studies of psychoanalytic theories (Vol. 2). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Meltzer H. (1930). The present status of experimental studies of the relation of feeling to memory. Psychological Review, 37, 124–139.
Nuttin J. (1956). Human motivation and Freud's theory of energy discharge. Canadian Journal of Psychology, 10, 167–178.
Oliver J. M., Burkham R. (1982). Subliminal psychodynamic activation in depression: A failure to replicate. Journal of Abnormal Psychology, 91, 337–342.
Puner H. W. (1947). Freud: His life and his mind. New York: Dell.
Rosenzweig S. (1933). The recall of finished and unfinished tasks as affected by the purpose with which they were performed. Psychological Bulletin, 30, 698.
Rosenzweig S. (1941). Need-persistive and ego-defensive reactions to frustration as demonstrated by an experiment on repression. Psychological Review, 48, 347–349.
Sears R. R. (1936). Experimental studies of projection: I. Attribution of traits. Journal of Social Psychology, 7, 151–163.
Shevrin H. (1986). An argument for the evidential standing of psychoanalytic data. Behavioral and Brain Sciences, 9, 257–259.
Silverman L. H. (1976). Psychoanalytic theory: «The reports of my death are greatly exaggerated.» American Psychologist, 31, 621–637.
Silverman L. H. (1983). The subliminal psychodynamic activation method: Overview and comprehensive listing of studies. In J. Masling (Ed.). Empirical studies of psychoanalytic theories (Vol. 1, pp. 69–100). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Silverman L. H., Fishel A. K. (1981). The Oedipus complex: Studies in adult male behavior. In L. Wheeler (Ed.). Review of personality and social psychology (Vol. 2, pp. 43–67). Beverly Hills, CA: Sage.
Silverman L. H., Klinger H., Lustbader L., Farrell J., Martin A. D. (1972). The effects of subliminal drive stimulation on the speech of stutterers. Journal of Nervous and Mental Disease, 155, 14–21.
Silverman L. H., Lachmann F. M., Milich R. H. (1982). The search for oneness. New York: International Universities Press.
Silverman L. H., Ross D.L., Adler J. M., Lustig D. A. (1978). Simple research paradigm for demonstrating subliminal psychodynamic activation: Effects of oedipal stimuli on dart throwing accuracy in college males. Journal of Abnormal Psychology, 87, 341–357.

Skinner B. F. (1954). Critique of psychoanalytic concepts and theories. The Scientific Monthly, 79, 300–305.
Steele R. S. (1982). Freud and Jung: Conflicts of interpretation. London: Routledge & Kegan Paul.
Sulloway F. J. (1979). Freud: Biologist of the mind. New York: Basic Books.
Vaillant G. E. (Ed.) (1986). Empirical studies of ego mechanisms of defense. Washington, DC: American Psychiatric Press.
Vitz P. C. (1988). Sigmund Freud's Christian unconscious. New York: Guilford Press.
Weinstein E. (1968). Symbolic neurology and psychoanalysis. In J. Marmor (Ed.). Modern psychoanalysis: New directions and perspectives (pp. 225–250). New York: Basic Books.
Westen D. (1990). Psychoanalytic approaches to personality. In L. A. Pervin (Ed.). Handbook of personality theory and research (pp. 21–65). New York: Guilford Press.
Wolpe J. (1981). Behavior therapy versus psychoanalysis: Therapeutic and social implications. American Psychologists, 36, 159–164.
Zeller A. (1950). An experimental analogue of repression. I. Historical summary. Psychological Bulletin, 47, 39–51.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Bettelheim B. (1982). Freud and man's soul. New York: Knopf.
Bowers K., Meichenbaum D. (Eds.) (1984). The unconscious reconsidered. New York: Wiley.
Breger L. (1981). Freud's unfinished journey: Conventional and critical perspectives in psychoanalytic theory. London: Routledge & Kegan Paul.
Freeman L., Stream H. S. (1988). Freud and women. New York: Continuum.
Gay P. (1988). Freud: A life for our time. New York: Norton.
Masson J. M. (Ed.) (1985). The complete letters of Sigmund Freud to Wilhelm Fliess, 1887–1904. Cambridge MA: Belknap Press of Harvard University Press.
McGuire W. (Ed.) (1974). The Freud/Jung letters. Princeton, NJ: Princeton University Press.
Mitchell J. (1974). Psychoanalysis and feminism: Freud, Reich, Laing, and women. New York: Pantheon.
Roazen P. (1975). Freud and his followers. New York: Knopf.

Глава 4

РЕЗУЛЬТАТЫ ПЕРЕСМОТРА ПСИХОДИНАМИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ: АЛЬФРЕД АДЛЕР И КАРЛ ГУСТАВ ЮНГ

Важным этапом в истории психодинамического направления стало появление не очень связанных между собой теорий, авторы которых стремились либо расширить подход Фрейда к личности, либо пересмотреть его. Фрейд привлекал и воодушевлял многих интеллектуалов, разделявших его взгляды [Gay, 1989]. Некоторые из этих ученых остались верны психоанализу как теоретической системе; они просто отшлифовали его и приблизили к современности. Другие пошли в ином направлении и заняли собственные, часто антагонистические позиции.

Два наиболее выдающихся теоретика, разошедшиеся с Фрейдом и избравшие путь создания своих собственных оригинальных теоретических систем, — Альфред Адлер и Карл Густав Юнг. Оба они с самого начала были участниками психоаналитического движения и горячо поддерживали широту и новизну системы Фрейда. Однако со временем они заявили о своем несогласии с тем, что учитель придавал чрезмерно большое значение сексуальности и агрессии, считая их средоточием человеческой жизни. У других теоретиков также имелись разногласия с Фрейдом по многим позициям, и они продолжали создавать конкурирующие между собой школы. Однако, за исключением Адлера и Юнга, ни один из этих ревизионистов не создал совершенно самостоятельной теории, которая могла бы соперничать с фрейдовской по масштабу охвата главных аспектов человеческого поведения.

Объем книги не позволяет детально обсуждать теоретические подходы обоих ученых к личности. Поэтому мы

6 Зак. 1212

сосредоточим внимание на Адлере, а после обсуждения его основных концепций уже не так детально рассмотрим стержневые идеи теории Юнга. Разумеется, оба они внесли значительный вклад в наше понимание личности, и некоторые из их идей вписались в основное русло современной психологии. Краеугольным камнем в системе взглядов Адлера является положение о том, что индивидуум не может быть отделен от социума. Как и представители социально-когнитивного направления, взгляды которых мы рассмотрим в главе 8, Адлер подчеркивал *социальные детерминанты* личности. Другие значимые темы, поднятые венским психиатром, сфокусированы на способности людей:

- творить свою судьбу;
- преодолевать примитивные побуждения и неконтролируемую среду в борьбе за более удовлетворительную жизнь;
- совершенствовать себя и окружающий мир посредством самопознания.

Как и Адлер, Юнг критиковал Фрейда за то непомерное значение, которое он придавал инстинктивным сексуальным побуждениям. Центральная тема, поднятая Юнгом, отражает идею о том, что на людей оказывают влияние как их устремленность в будущее, так и прошлый опыт. Юнг первым из теоретиков личности доказывал, что для достижения психического здоровья личности ее разнонаправленные тенденции должны быть интегрированы в согласованное целое. Акцент на *личностном росте*, наряду с другими основными идеями переработанной Юнгом версии классического психоанализа, будет обсуждаться в конце главы.

АЛЬФРЕД АДЛЕР: ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Альфред Адлер (Alfred Adler) родился в Вене 7 февраля 1870 года, третьим из шести детей. Как и Фрейд, он был сыном еврея-торговца, принадлежавшего к среднему классу общества. Однако в то время, как Фрейд рос в районе, напоминающем гетто, и на всю жизнь сохранил в сознании свою принадлежность к преследуемому меньшинству, Адлер принял свое этническое происхождение легко. В районе, где он рос, было мало еврейских детей, и поэтому его акцент и кругозор были скорее венскими, чем еврейскими. В отличие от Фрейда, часто возвращавшегося к этой теме, Адлер не делал никаких заявлений по поводу антисемитизма, а в зрелые годы принял протестантскую веру.

Адлер описывал свое детство, как трудное и несчастливое время. Он наслаждался материнской любовью в течение первых двух лет жизни, но пора нежности закончилась с рождением младшего брата. Потом он приобрел особое расположение отца, чьим любимцем оставался в течение всего детства. В ранние годы его постоянно окружали болезни и смерть — когда ему было три года, его младший брат умер в постели, стоявшей рядом с его постелью. Вдобавок к этому он дважды с трудом избежал перспективы быть убитым в уличных происшествиях. В пять лет он заболел тяжелой формой пневмонии и был очень близок к смерти. Позднее он приписывал свое желание стать врачом этому почти фатальному заболеванию.



Альфред Адлер (1870–1937).

В первых классах школы Адлер учился весьма посредственно. Он не успевал по математике и вынужден был остаться на второй год. Учитель посоветовал его отцу забрать сына из школы и отдать в ученики к сапожнику, так как он, видимо, не способен ни на что другое. Однако отец побудил сына продолжать учебу, и благодаря упорству и напряженной работе Адлер стал лучшим учеником по математике в классе.

В 18 лет Адлер поступил в Венский университет, бывший в то время одним из ведущих европейских медицинских центров. Вокруг бурлила жизнь театра, музыки и политической философии социалистов, в связи с чем город прославился как «красная» Вена. В студенческие годы Адлер самозабвенно окунулся в политику. Он увлекся социализмом и участвовал во многих политических собраниях. На одном из них он встретил свою будущую жену, Раису Эпштейн, студентку из России, которая тоже училась в Венском университете. В 1897 году они поженились.

Адлер получил медицинскую степень в 1895 году. Некоторое время после этого он специализировался в офтальмологии, работая в захудалой части города. Затем, после прохождения практики по общей медицине, он стал психиатром. С 1902 по 1911 годы он был активным членом кружка, образовавшегося вокруг Зигмунда Фрейда. Но Адлер скоро начал развивать идеи, отличавшиеся от идей Фрейда и сторонников его теории. Его взгляды становились все более несовместимыми с позицией Фрейда. В 1911 году Адлер сложил с себя обязанности президента Венского психоаналитического общества и вышел из него. Одновременно Общество покинули 9 из 23 членов, с которыми он и основал Общество свободного психоанализа — большей частью из желания досадить Фрейду и некоторым из его преданных единомышленников. В следующем, 1912 году название адлеровского общества было изменено, и оно стало Обществом индивидуальной психологии.

С середины 20-х годов Адлер все больше времени посвящает поездкам по Европе и Соединенным Штатам. Когда с приходом к власти Гитлера по Европе прокатилась волна тоталитаризма, он предугадал катастрофу и понял, что если

психология где-нибудь и выживет, то только в Америке. В 1935 году Адлер с женой обосновались в Нью-Йорке. Вскоре после этого он получил должность практикующего профессора медицинской психологии в медицинском колледже в Лонг-Айленде (теперь это Южный медицинский центр при Государственном университете штата Нью-Йорк) и продолжил свою частную психиатрическую практику. Двое из четверых детей Адлера, Александра и Курт, стали психиатрами, как и отец.

Адлер был неутомимым лектором. Он читал свои лекции непринужденно и пользовался большой популярностью. 28 мая 1937 года во время лекционного турне Адлер внезапно скончался в шотландском городе Абердине. Когда Фрейд узнал о его смерти, он написал своему другу, который был очень расстроен этим известием: «Мне непонятна Ваша симпатия к Адлеру. Для еврейского мальчика из пригорода Вены смерть в Абердине уже сама по себе — неслыханная карьера и доказательство того, как он преуспел. На самом деле мир щедро его вознаградил за старания на ниве опровержения психоанализа» [Jones, 1957, p. 208].

Адлер был плодовитым и активным писателем. За свою жизнь он написал около 300 книг и статей. Возможно, лучшим введением в его теорию личности является «Практика и теория индивидуальной психологии» (1927а). Среди многих других его значительных работ, ставших доступными благодаря переводу на английский язык, можно назвать такие, как «Невротическая конституция» (1917а); «Исследование физической неполноценности и ее психической компенсации» (1917b); «Постижение человеческой природы» (1927b); «Наука жизни» (1929); «Образ жизни» (1930); «Смысл жизни» (1931); «Социальный интерес: вызов человечеству» (1939). Последователями Адлера было основано немало профессиональных журналов с целью распространения теоретических и экспериментальных работ по индивидуальной психологии. Среди них «Журнал индивидуальной психологии» (Journal of Individual Psychology), «Американский журнал индивидуальной психологии» (American Journal of Individual Psychology) и «Международный журнал индивидуальной психологии» (International Journal of Individual Psychology).

Идеи Адлера оказывают мощное влияние на современные исследования в клинической и индивидуальной психологии. Акцент, сделанный в его теории на социальном интересе как существенном критерии психического здоровья, способствовал появлению концепции ценностных ориентаций в психотерапии. Кроме того, его внимание к осознанным, рациональным процессам стимулировало появление эго-психологии [Ansbacher, 1977]. Его концепция существенной роли социальных сил в развитии личности узнаваема в более поздних работах Эриха Фромма, Карен Хорни и Гарри Стэка Салливена (Harry Stack Sullivan) — всех, кто отмечал в теории Фрейда отсутствие социологической ориентации. Соответственно, особое подчеркивание волевых и творческих аспектов личности оказало прямое или косвенное влияние на таких выдающихся психологов, как Гордон Олпорт, Абрахам Маслоу, Ролло Мей (Rollo May), Виктор Франкл (Viktor Frankl) и Альберт Эллис (Albert Ellis). В этой главе приведено множество примеров современного звучания очень многих концепций Адлера. Среди них такие, как потребность в адекватной теории, чувство неполноценности и компенсаторные усилия, недостаточность органа и психосоматика, «комплекс неполноценности» (так часто используемая в наше время характеристика — предвестник психологии соматических болезней), роль отвержения в развитии антисоциальной личности; компетентность как признак зрелости; самооценка и стремление к вла-

сти; концепция жизненного стиля; стресс и адаптация; порядок рождения; самореализация и полезность для других; психическое здоровье, творчество, а также многие другие. Прекрасное введение в теоретические концепции Адлера можно найти в работе Manaster, Carsini, 1982.

ОСНОВНЫЕ ТЕЗИСЫ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Адлера часто представляют как ученика Фрейда, взбунтовавшегося в конце концов против своего учителя и начавшего создавать свои собственные концепции. Однако внимательное знакомство с его жизнью и творчеством показывает, что на самом деле он был коллегой Фрейда, и ни в коем случае не следует воспринимать его как «неофрейдиста». В его ранних работах, где угадываются ростки будущих теорий, он весьма критично характеризует период сотрудничества с Фрейдом [Ellenberger, 1970]. Более того, Адлер никогда не учился под руководством Фрейда и никогда не подвергался психоанализу сам, что является необходимым условием для получения права стать практикующим психоаналитиком [Orgler, 1972]. К сожалению, Адлер и Фрейд не примирились после разрыва их отношений в 1911 году, и Фрейд оставался враждебно настроенным к Адлеру в течение всей жизни. Как покажет обсуждение основных концепций Адлера, большинство положений его индивидуальной психологии развивались как антитезисы теории Фрейда.

1. Индивидуум как единое и самосогласующееся целое

Представление о том, что человек является единым и самосогласующимся организмом, составляет главную посылку адлеровской психологии [Adler, 1927a]. Адлер дал своей теории название «индивидуальная психология», поскольку в латыни «individuum» означает «неделимый» — то есть означает сущность, которую нельзя разделить. Адлер исходил из того, что ни одно проявление жизненной активности нельзя рассматривать в изоляции, а лишь только в соотношении с личностью в целом. Индивидуум представляет собой неделимое целое как в отношении взаимосвязи между мозгом и телом, так и в отношении психической жизни. По убеждению Адлера, главное требование к индивидуальной психологии состоит в том, чтобы доказать это единство в каждом индивидууме: в его мышлении, чувствах, действиях, так называемом сознании и бессознательном, в каждом проявлении личности. Структуру самосогласующейся и единой личности Адлер определял как *стиль жизни.* В этой концепции более, чем в какой-либо другой, выражена его попытка рассматривать человека как единое целое.

2. Человеческая жизнь как активное стремление к совершенству

Рассмотрение человека как органичной целостности требует единого психодинамического принципа. Адлер вывел его из самой жизни, а именно из того обстоятельства, что жизнь невозможно представить себе без непрерывного движения

в направлении роста и развития. Только в движении по направлению к личностно значимым целям индивидуум можен быть воспринят как единое и самосогласующееся целое.

Утверждая, что человек стремится к совершенству, Адлер исходил из соображения, что люди не отталкиваются от внутренних или внешних причин, а скорее, тянутся вперед — они всегда находятся в движении к личностно значимым жизненным целям. Цели, которые люди ставят перед собой, а также индивидуальные пути их достижения дают ключ к пониманию того, какое значение они придают своей жизни. По мнению Адлера, эти жизненные цели в значительной степени выбираются индивидуально, а следовательно, в постоянном стремлении к совершенству люди способны планировать свои действия и определять собственную судьбу. Достигая намеченных целей, они не только повышают самооценку, но также находят свое место в жизни.

3. Индивидуум как творческое и самоопределяющееся целое

Признавая значение наследственности и окружающей среды в формировании личности, Адлер настаивал на том, что индивидуум — нечто большее, чем только продукт этих двух влияний [Adler, 1964]. А именно, он считал, что люди обладают *творческой силой*, которая обеспечивает возможность распоряжаться своей жизнью, — свободная, осознанная активность является определяющей чертой человека. Эта творческая сила влияет на каждую грань человеческого опыта: восприятие, память, воображение, фантазию и мечты. Она делает каждого человека самоопределяющимся индивидуумом, архитектором своей собственной жизни.

Именно эта убежденность в творческой природе и свободе человека более, чем что либо другое, побуждает многих психологов считать Адлера предвестником современной гуманистической психологии.

4. Социальная принадлежность индивидуума

Адлеровское целостное видение природы человека было всеобъемлющим. Он понимал человека не только как целостную систему взаимосвязей, взятую в отдельности, но также как интегральную составную часть больших систем — семьи, сообщества: «Индивидуальная психология рассматривает и исследует индивидуума включенным в общество. Мы отказываемся рассматривать и изучать человека изолированно от него» [Adler, 1956, p. 2]. Ведущим в теории Адлера является положение, согласно которому все поведение человека происходит в *социальном контексте*, и суть человеческой природы можно постичь только через понимание социальных отношений. Более того, у каждого человека есть естественное *чувство общности*, или *социальный интерес*, — врожденное стремление вступать во взаимные социальные отношения сотрудничества. Таким образом, индивидуальная психология полагает необходимой гармонию объединения и сотрудничества между человеком и обществом, а конфликт между ними считает неестественным. Акцент на социальных детерминантах поведения настолько важен в концепции Адлера, что он приобрел репутацию первого социального психолога в современной теории психологии.

5. Индивидуальная субъективность

Твердо придерживаясь феноменологической традиции, Адлер считал, что поведение всегда зависит от мнения людей о себе и об окружении, в которое они должны вписываться. Люди живут в ими же созданном мире, в соответствии с их собственной «схемой апперцепции». Далее Адлер доказывал, что люди мотивированы *фиктивными целями* — личными мнениями о настоящих и будущих событиях, регулирующими их поведение. Например, человек может в своей жизни руководствоваться кредо «честность — лучшая политика», или «каждый за себя», или уверенностью в том, что в загробной жизни добродетель будет вознаграждена, а порок наказан. Адлер полагает, что люди ведут себя в соответствии с этими личными убеждениями, независимо от того, являются они объективно реальными или нет: «Ядовитая змея подползает к моей ноге или я только думаю, что она ядовитая — эффект будет один и тот же» [цит. по Ansbacher, 1971, р. 58]. В адлеровской схеме поведение четко отражает индивидуальное субъективное восприятие реальности. Далее рассмотрим центральные теоретические концепции, разработанные на основе этих принципов индивидуальной психологии.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

Адлер был убежден в том, что главная цель теории личности — служить экономным и полезным ориентиром для терапевтов, а по большому счету и для любого человека на пути изменений в сторону психологически более здорового поведения [Adler, 1964]. В отличие от Фрейда, он сформулировал очень экономичную теорию личности в том смысле, что в основании всего теоретического сооружения лежит ограниченное количество ключевых концепций и принципов. Последние можно подразделить на семь пунктов: 1) чувство неполноценности и компенсация; 2) стремление к превосходству; 3) стиль жизни; 4) социальный интерес; 5) творческое «Я»; 6) порядок рождения; 7) фикционный финализм.

Чувство неполноценности и компенсация

В самом начале своей карьеры, когда он еще сотрудничал с Фрейдом, Адлер опубликовал монографию, озаглавленную «Исследование неполноценности органа и ее психической компенсации» [Adler, 1907/1917b]. В этой работе он развил теорию о том, почему одно заболевание беспокоит человека больше, чем другое, и почему одни участки тела болезнь поражает скорее, чем другие. Он предположил, что у каждого индивидуума какие-то органы слабее других, и это делает его более восприимчивым к болезням и поражениям именно данных органов. Более того, Адлер считал, что у каждого человека происходит заболевание именно того органа, который был менее развит, менее успешно функционировал и, в целом, был «неполноценным» от рождения. Так, например, некоторые люди рождаются с тяжелой аллергией, что может привести к повреждению, скажем, легких. Эти люди могут страдать частыми бронхитами или инфекционными заболеваниями



Люди с физическими недостатками часто стремятся компенсировать свои слабости или дефекты.
(Ken Robert Buck/The Pictore Cube)

верхних дыхательных путей. Адлер впоследствии наблюдал, что люди с выраженной органической слабостью или дефектом часто стараются *компенсировать* эти дефекты путем тренировки и упражнений, что нередко приводит к развитию выдающегося мастерства или силы: «Почти у всех выдающихся людей мы находим дефект какого-либо органа; складывается впечатление, что они очень страдали в начале жизни, но боролись и преодолели свои трудности» [Adler, 1931, p. 248].

История и литература предоставляют много примеров исключительных достижений, являющихся результатом усилий, предпринятых для преодоления недостаточности органа. Демосфен, заикавшийся с детства, стал одним из самых выдающихся в мире ораторов. Вильма Рудольф, страдавшая в детстве физическим недугом, трижды завоевывала золотые олимпийские медали в легкой атлетике. Теодор Рузвельт, слабый и болезненный в детстве, приобрел физическую форму, образцовую как для взрослого человека вообще, так и для президента Соединенных Штатов в частности. Таким образом, *неполноценность органа*, то есть его врожденная слабость или недостаточное функционирование, может приводить к впечатляющим достижениям в жизни человека. Но она же может повлечь за собой и чрезмерно выраженное чувство собственной неполноценности, если усилия, направленные на компенсацию дефекта, не приводят к желаемому результату.

Конечно, в идее о том, что организм пытается компенсировать свою слабость, не было ничего нового. Врачам давно было известно, что если, например, одна почка плохо функционирует, другая берет на себя ее функции и несет двойную нагрузку. Но Адлер указал на то, что этот процесс компенсации имеет место в *психической* сфере: люди часто стремятся не только компенсировать недостаточность органа, но у них также появляется *субъективное чувство неполноценности*, кото-

рое развивается из ощущения собственного психологического или социального бессилия.

Комплекс неполноценности и его истоки. Адлер полагал, что чувство неполноценности берет свое начало в детстве. Он объяснял это следующим образом: ребенок переживает очень длительный период зависимости, когда он совершенно беспомощен и, чтобы выжить, должен опираться на родителей. Этот опыт вызывает у ребенка глубокие переживания неполноценности по сравнению с другими людьми в семейном окружении, более сильными и могущественными. Появление этого раннего ощущения неполноценности обозначает начало длительной борьбы за достижение превосходства над окружением, а также стремление к совершенству и безупречности. Адлер утверждал, что стремление к превосходству является основной мотивационной силой в жизни человека.

Таким образом, согласно Адлеру, фактически все, что делают люди, имеет целью преодоление ощущения своей неполноценности и упрочение чувства превосходства. Однако ощущение неполноценности по разным причинам может у некоторых людей стать чрезмерным. В результате появляется комплекс неполноценности — преувеличенное чувство собственной слабости и несостоятельности. Адлер различал три вида страданий, испытываемых в детстве, которые способствуют развитию комплекса неполноценности: *неполноценность органов, чрезмерная опека* и *отвержение со стороны родителей.*

Во-первых, у детей с какой-либо врожденной физической неполноценностью может развиться чувство психологической неполноценности. С другой стороны, дети, родители которых чрезмерно их балуют, потворствуют им во всем, вырастают недостаточно уверенными в своих способностях, потому что за них всегда все делали другие. Их беспокоит глубоко укоренившееся чувство неполноценности, так как они убеждены, что сами не способны преодолевать жизненные препятствия. Наконец, родительское пренебрежение детьми, отвержение может стать причиной появления у них комплекса неполноценности по той причине, что отвергаемые дети в основном чувствуют себя нежеланными. Они идут по жизни без достаточной уверенности в своей способности быть полезными, любимыми и оцененными по достоинству другими людьми. Как мы увидим далее, каждый из этих трех видов страданий в детстве может сыграть решающую роль в возникновении неврозов в зрелые годы.

Однако, независимо от обстоятельств, играющих роль почвы для появления чувства неполноценности, у индивидуума может в ответ на них появиться гиперкомпенсация и, таким образом, развивается то, что Адлер назвал *комплексом превосходства*. Этот комплекс выражается в тенденции преувеличивать свои физические, интеллектуальные или социальные способности. Например, человек может быть убежден в том, что он умнее других, но при этом он не считает нужным демонстрировать свой интеллект, перечисляя, скажем, все, что ему известно о кинозвездах. Другой полагает, что он должен показать все, что он знает о кинозвездах, и делает это при каждом удобном случае, выкладывая свои сведения каждому, кто будет его слушать. Он может даже отвергать все остальные темы, лишь бы доказать, что он знает о кинозвездах больше всех. В любом случае прием *гиперкомпенсации* представляет собой преувеличение здорового стремления преодолевать постоянное чувство неполноценности. Соответственно, человек, обладающий комплексом превосходства, выглядит обычно хвастливым, высокомерным, эгоцентричным

и саркастичным. Создается впечатление, что данный человек не в состоянии принять себя (то есть у него низкое мнение о себе); что он может чувствовать свою значимость только тогда, когда «сажает в калошу» других.

Стремление к превосходству

Как уже было отмечено, Адлер полагал, что чувство неполноценности является источником всех устремлений человека к саморазвитию, росту и компетентности. Но какова же конечная цель, ради которой мы боремся и которая обеспечивает меру постоянства и целостности нашей жизни? Движет ли нами потребность попросту избавиться от чувства неполноценности? Или мы мотивированы стремлением безжалостно доминировать над другими? Или, быть может, нам нужен высокий статус? В поиске ответов на эти вопросы представления Адлера заметно менялись со временем. В своих ранних размышлениях он выражал убежденность в том, что великая движущая сила, управляющая человеческим поведением, — не что иное, как агрессивность. Позднее он отказался от идеи агрессивных устремлений в пользу «стремления к власти». В этой концепции слабость приравнивалась к феминности, а сила к маскулинности. Это была та стадия развития теории Адлера, когда он выдвинул идею «маскулинного протеста» — формы гиперкомпенсации, которую оба пола используют в попытке вытеснить чувства несостоятельности и неполноценности. Однако со временем Адлер отказался от концепции маскулинного протеста, посчитав ее неудовлетворительной для объяснения мотивации поведения у обычных, нормальных людей. Взамен он выдвинул более широкое положение, согласно которому люди стремятся к превосходству, и это состояние полностью отличается от комплекса превосходства. Таким образом, в его рассуждениях о конечной цели человеческой жизни было три различных этапа: быть агрессивным, быть могущественным и быть недосягаемым.

В последние годы жизни Адлер пришел к выводу о том, что стремление к превосходству является фундаментальным законом человеческой жизни; это «нечто, без чего жизнь человека невозможно представить» [Adler, 1956, p. 104]. Эта «великая потребность возвыситься» от минуса до плюса, от несовершенства до совершенства и от неспособности до способности смело встречать лицом к лицу жизненные проблемы развита у всех людей. Трудно переоценить значение, которое Адлер придавал этой движущей силе. Он рассматривал стремление к превосходству (достижение наибольшего из возможного), как главный мотив в своей теории.

Адлер был убежден в том, что стремление к превосходству является врожденным и что мы никогда от него не освободимся, потому что это стремление и есть сама жизнь. Тем не менее, это чувство надо воспитывать и развивать, если мы хотим реализовать свой человеческий потенциал. От рождения оно присутствует у нас в виде теоретической возможности, а не реальной данности. Каждому из нас остается лишь осуществить эту возможность своим собственным путем. Адлер полагал, что этот процесс начинается на пятом году жизни, когда формируется жизненная цель, как фокус нашего стремления к превосходству. Будучи неясной и в основном неосознанной в начале своего формирования в детские годы, эта жизненная цель со временем становится источником мотивации, силой, организующей нашу жизнь и придающей ей смысл.

Адлер предлагал разные дополнительные идеи о природе и действии стремления к превосходству [Adler, 1964]. Во-первых, он рассматривал его как единый фундаментальный мотив, а не как комбинацию отдельных побуждений. Этот мотив выражается в осознании ребенком того, что он бессилен и малоценен по сравнению с теми, кто его окружает. Во-вторых, он установил, что это великое стремление вперед и вверх по своей природе универсально: оно является общим для всех, в норме и патологии. В-третьих, превосходство как цель может принимать как негативное (деструктивное), так и позитивное (конструктивное) направление. Негативное направление обнаруживается у людей со слабой способностью к адаптации, таких, которые борются за превосходство посредством эгоистичного поведения и озабоченности достижением личной славы за счет других. Хорошо приспосабливающиеся люди, наоборот, проявляют свое стремление к превосходству в позитивном направлении, так, чтобы оно соотносилось с благополучием других людей. В-четвертых, утверждал Адлер, стремление к превосходству сопряжено с большими энергетическими тратами и усилиями. В результате влияния этой силы, сообщающей жизни энергию, уровень напряжения у индивидуума скорее растет, чем снижается. И, в-пятых, стремление к превосходству проявляется как на уровне индивидуума, так и на уровне общества. Мы стремимся стать совершенными не только как индивидуумы или члены общества — мы стремимся совершенствовать саму культуру нашего общества. В отличие от Фрейда, Адлер рассматривал индивидуума и общество обязательно в гармонии друг с другом.

Итак, Адлер описывал людей живущими в согласии с внешним миром, но постоянно стремящимися его улучшить. Однако гипотеза, согласно которой у человечества есть только одна конечная цель — развивать свою культуру — ничего не говорит нам о том, каким образом мы, как индивидуумы, пытаемся достичь данной цели. Эту проблему Адлер разрешал при помощи своей концепции стиля жизни.

Стиль жизни

Стиль жизни, в первоначальном варианте «жизненный план», или «путеводный образ», представляет собой наиболее характерную особенность динамической теории личности Адлера. В этой концепции, по существу идеографической, представлен уникальный для индивидуума способ адаптации к жизни, особенно в плане поставленных самим индивидуумом целей и способов их достижения. Согласно Адлеру, *стиль жизни* включает в себя уникальное соединение черт, способов поведения и привычек, которые, взятые в совокупности, определяют неповторимую картину существования индивидуума.

Как проявляется в действии стиль жизни индивидуума? Для ответа на этот вопрос мы должны ненадолго вернуться к понятиям неполноценности и компенсации, поскольку именно они лежат в основе наших стилей жизни. Адлер пришел к выводу, что в детстве мы все чувствуем себя неполноценными или в воображении, или в реальности, и это побуждает нас каким-то образом компенсироваться. Например, ребенок с плохой координацией может сосредоточить свои компенсаторные усилия на выработке выдающихся атлетических качеств. Его поведение, направляемое осознанием своих физических ограничений, становится, в свою очередь, стилем его жизни — комплексом поведенческой активности, направленной

на преодоление неполноценности. Итак, стиль жизни основан на наших усилиях, направляемых на преодоление чувства неполноценности и, благодаря этому, упрочивающих чувство превосходства.

С точки зрения Адлера, стиль жизни настолько прочно закрепляется в возрасте четырех или пяти лет, что впоследствии почти не поддается тотальным изменениям. Конечно, люди продолжают находить новые способы выражения своего индивидуального жизненного стиля, но это, в сущности, является только совершенствованием и развитием основной структуры, заложенной в раннем детстве. Сформированный таким образом стиль жизни сохраняется и становится главным стержнем поведения в будущем. Другими словами, все, что мы делаем, формируется и направляется нашим, единственным в своем роде, стилем жизни. От него зависит, каким сторонам своей жизни и окружения мы будем уделять внимание, а какие будем игнорировать. Все наши психические процессы (например, восприятие, мышление и чувства) организованы в единое целое и приобретают значение в контексте нашего стиля жизни. Представим в качестве примера женщину, стремящуюся к превосходству путем расширения своих интеллектуальных возможностей. С позиции теории Адлера, ее стиль жизни предсказуемо предполагает сидячий образ жизни. Основной акцент она сделает на интенсивное чтение, изучение, размышления — то есть на все, что может послужить цели повышения ее интеллектуальной компетентности. Она может распланировать свой распорядок дня с точностью до минут — отдых и хобби, общение с семьей, друзьями и знакомыми, общественная активность — опять-таки в соответствии со своей основной целью. Другой человек, напротив, работает над своим физическим совершенствованием и структурирует жизнь таким образом, чтобы цель стала достижимой. Все, что он делает, нацелено на достижение превосходства в физическом плане. Очевидно, что в теории Адлера все аспекты поведения человека вытекают из его стиля жизни. Интеллектуал запоминает, размышляет, рассуждает, чувствует и действует совсем не так, как атлет, поскольку оба они представляют собой психологически противоположные типы, если говорить о них в терминах соответствующих стилей жизни.

Типы личности: установки, связанные со стилями жизни. Адлер напоминает, что постоянство нашей личности на протяжении жизни объясняется стилем жизни. Наша основная ориентация по отношению к внешнему миру также определяется стилем жизни. Он отмечал, что истинная форма нашего стиля жизни может быть распознана только при условии знания, какие пути и способы мы используем для решения жизненных проблем. Каждый человек неизбежно сталкивается с тремя глобальными проблемами: работа, дружба и любовь. С точки зрения Адлера, ни одна из этих задач не стоит особняком — они всегда взаимосвязаны, и их решение зависит от нашего стиля жизни: «Решение одной помогает приблизиться к решению других; и действительно, мы можем сказать, что они представляют собой разные аспекты одной и той же ситуации и одной и той же проблемы — необходимости для живых существ сохранять жизнь и продолжать жить в том окружении, которое у них есть» [Adler, 1956, p. 133].

Поскольку у каждого человека стиль жизни неповторим, выделение личностных типов по этому критерию возможно только в результате грубого обобщения. Придерживаясь этого мнения, Адлер весьма неохотно предложил типологию установок, обусловленных стилями жизни [Dreikurs, 1950]. В этой классификации типы выделяются на основании того, как решаются три главные жизненные задачи.

Сама классификация построена по принципу двухмерной схемы, где одно измерение представлено «социальным интересом», а другое — «степенью активности». Социальный интерес представляет собой чувство эмпатии ко всем людям; проявляется он в сотрудничестве с другими скорее ради общего успеха, чем для личных выгод. В теории Адлера социальный интерес выступает основным критерием психологической зрелости; его противоположностью является эгоистический интерес. *Степень активности* имеет отношение к тому, как человек подходит к решению жизненных проблем. Понятие «степень активности» совпадает по значению с современными понятиями «возбуждение», или «уровень энергии». Как считал Адлер, каждый человек имеет определенный энергетический уровень, в границах которого он ведет наступление на свои жизненные проблемы. Данный уровень энергии или активности обычно устанавливается в детстве; он может варьировать у разных людей от вялости, апатичности до постоянной неистовой активности. Степень активности играет конструктивную или деструктивную роль только в сочетании с социальным интересом.

Первые три адлеровских типа установок, сопутствующих стилям жизни, — это управление, получение и избегание. Для каждой из них характерна недостаточная выраженность социального интереса, но они различаются по степени активности. У четвертого типа, социально-полезного, присутствуют и высокий социальный интерес, и высокая степень активности. Адлер напоминает нам, что ни одна типология, какой бы хитроумной они ни была или ни казалась, не может точно описать стремление личности к превосходству, совершенству и целостности. Тем не менее, описание этих установок, сопутствующих стилям жизни, в некоторой степени облегчит понимание поведения человека с позиции теории Адлера.

Управляющий тип. Люди самоуверенные и напористые, с незначительным социальным интересом, если он вообще присутствует. Они активны, но не в социальном плане. Следовательно, их поведение не предполагает заботы о благополучии других. Для них характерна установка превосходства над внешним миром. Сталкиваясь с основными жизненными задачами, они решают их во враждебной, антисоциальной манере. Юные правонарушители и наркоманы — два примера людей, относящихся к управляющему типу по Адлеру.

Берущий тип. Как следует из названия, люди с подобной установкой относятся к внешнему миру паразитически и удовлетворяют большую часть своих потребностей за счет других. У них нет социального интереса. Их основная забота в жизни — получить от других как можно больше. Однако, так как они обладают низкой степенью активности, то маловероятно, что они причинят страдания другим.

Избегающий тип. У людей этого типа нет ни достаточного социального интереса, ни активности, необходимой для решения своих собственных проблем. Они больше опасаются неудачи, чем стремятся к успеху, их жизнь характеризуется социально-бесполезным поведением и бегством от решения жизненных задач. Иначе говоря, их целью является избегание всех проблем в жизни, и поэтому они уходят от всего, что предполагает возможность неудачи.

Социально-полезный тип. Этот тип человека — воплощение зрелости в системе взглядов Адлера. В нем соединены высокая степень социального интереса и высокий уровень активности. Являясь социально ориентированным, такой человек проявляет истинную заботу о других и заинтересован в общении с ними. Он

воспринимает три основные жизненные задачи — работу, дружбу и любовь — как социальные проблемы. Человек, относящийся к данному типу, осознает, что решение этих жизненных задач требует сотрудничества, личного мужества и готовности вносить свой вклад в благоденствие других людей.

В двухмерной теории установок, сопутствующих стилям жизни, отсутствует одна возможная комбинация: высокий социальный интерес и низкая активность. Однако невозможно иметь высокий социальный интерес и не обладать высокой активностью. Иными словами, индивидуумам, имеющим высокий социальный интерес, приходится делать что-то, что принесет пользу другим людям.

Социальный интерес

Еще одна концепция, имеющая решающее значение в индивидуальной психологии Адлера — это *социальный интерес*. Концепция социального интереса отражает стойкое убеждение Адлера в том, что мы, люди, являемся социальными созданиями, и если мы хотим глубже понять себя, то должны рассматривать наши отношения с другими людьми и, еще более широко, — социально-культурный контекст, в котором мы живем. Но даже в большей степени данная концепция отражает принципиальные, хотя и постепенные изменения во взглядах Адлера на то, что же представляет собой огромная направляющая сила, лежащая в основе всех человеческих стремлений.

В самом начале своего научного пути Адлер полагал, что люди мотивированы ненасытной жаждой личной власти и потребностью доминировать над другими. В частности, он считал, что людей толкает вперед потребность преодолевать глубоко укоренившееся чувство неполноценности и стремление к превосходству. Эти взгляды встретили широкий протест. Действительно, Адлера много критиковали за то, что он делает упор на эгоистических мотивах, игнорируя социальные. Многие критики считали, что позиция Адлера в вопросе мотивации представляет собой не более, чем замаскированную версию доктрины Дарвина о том, что выживает сильнейший. Однако позднее, когда теоретическая система Адлера получила дальнейшее развитие, в ней было учтено, что люди в значительной степени мотивированы социальными побуждениями. А именно, людей побуждает к тем или иным действиям врожденный социальный инстинкт, который заставляет их отказываться от эгоистичных целей ради целей сообщества. Суть этого взгляда, нашедшего свое выражение в концепции социального интереса, состоит в том, что люди подчиняют свои личные потребности делу социальной пользы. Выражение «социальный интерес» происходит от немецкого неологизма Gemeinschafttsgefuhl — термина, значение которого невозможно полностью передать на другом языке одним словом или фразой. Это означает что-то вроде «социального чувства», «чувства общности» или «чувства солидарности». Оно также включает в себя значение членства в человеческом сообществе, то есть чувство идентификации с человечеством и сходства с каждым представителем человеческой расы.

Адлер считал, что предпосылки социального интереса являются врожденными. Поскольку каждый человек обладает им в некоторой степени, он является социальным созданием по своей природе, а не в результате образования привычки. Однако, подобно другим врожденным склонностям, социальный интерес не



Добровольная помощь в обеспечении питанием нуждающихся — одно из реальных проявлений социального интереса.
(Emilio A. Mercado/Jeroboam)

возникает автоматически, но требует, чтобы его осознанно развивали. Он воспитуем и дает результаты благодаря соответствующему руководству и тренировке.

Социальный интерес развивается в социальном окружении. Другие люди — прежде всего мать, а затем остальные члены семьи — способствуют процессу его развития. Однако именно мать, контакт с которой является первым в жизни ребенка и оказывает на него наибольшее влияние, прилагает огромные усилия к развитию социального интереса. По сути, Адлер рассматривает материнский вклад в воспитание как двойной труд: поощрение формирования зрелого социального интереса и помощь в направлении его за пределы сферы материнского влияния. Обе функции осуществлять нелегко, и на них всегда в той или иной степени влияет то, как ребенок объясняет поведение матери.

Так как социальный интерес возникает в отношениях ребенка с матерью, ее задача состоит в том, чтобы воспитывать в ребенке чувство сотрудничества, стремление к установлению взаимосвязей и товарищеских отношений — качеств, которые Адлер считал тесно переплетенными. В идеале мать проявляет истинную любовь к своему ребенку — любовь, сосредоточенную на его благополучии, а не на собственном материнском тщеславии. Эта здоровая любовь проистекает из настоящей заботы о людях и дает возможность матери воспитывать у своего ребенка социальный интерес. Ее нежность к мужу, к другим детям и людям в целом служит ролевой моделью для ребенка, который усваивает благодаря этому образцу широкого социального интереса, что в мире существуют и другие значимые люди, а не только члены семьи.

Многие установки, сформированные в процессе материнского воспитания, могут также и подавлять у ребенка чувство социального интереса. Если, например, мать сосредоточена исключительно на своих детях, она не сможет научить их переносить социальный интерес на других людей. Если же она предпочитает исключительно своего мужа, избегает детей и общества, ее дети будут чувствовать себя нежеланными и обманутыми, и потенциальные возможности проявления их социального интереса останутся нереализованными. Любое поведение, укрепляющее в детях чувство, что ими пренебрегают и не любят, приводит их к потере самостоятельности и неспособности к сотрудничеству.

Адлер рассматривал отца как второй по важности источник влияния на развитие у ребенка социального интереса. Во-первых, у отца должна быть позитивная установка по отношению к жене, работе и обществу. Вдобавок к этому, его сформированный социальный интерес должен проявляться в отношениях с детьми. По Адлеру, идеальный отец тот, кто относится к своим детям как к равным и принимает активное участие, наряду с женой, в их воспитании. Отец должен избегать двух ошибок: эмоциональной отгороженности и родительского авторитаризма, имеющих, как ни странно, одинаковые последствия. Дети, чувствующие отчужденность родителей, обычно преследуют скорее цель достижения личного превосходства, чем превосходства, основанного на социальном интересе. Родительский авторитаризм также приводит к дефектному стилю жизни. Дети деспотичных отцов тоже научаются бороться за власть и личное, а не социальное превосходство.

Наконец, согласно Адлеру, огромное влияние на развитие у ребенка социального чувства оказывают отношения между отцом и матерью. Так, в случае несчастливого брака у детей мало шансов для развития социального интереса. Если жена не оказывает эмоциональной поддержки мужу и свои чувства отдает исключительно детям, они страдают, поскольку чрезмерная опека гасит социальный интерес. Если муж открыто критикует свою жену, дети теряют уважение к обоим родителям. Если между мужем и женой разлад, дети начинают играть с одним из родителей против другого. В этой игре в конце концов проигрывают дети: они неизбежно много теряют, когда их родители демонстрируют отсутствие взаимной любви.

Социальный интерес как показатель психического здоровья. Согласно Адлеру, выраженность социального интереса оказывается удобным критерием оценки психического здоровья индивидуума. Он ссылался на него, как на «барометр нормальности» — показатель, который можно использовать при оценке качества жизни человека. То есть, с позиции Адлера, наши жизни ценны только в той степени, в какой мы способствуем повышению ценности жизни других людей. Нормальные, здоровые люди по-настоящему беспокоятся о других; их стремление к превосходству социально позитивно и включает в себя стремление к благополучию всех людей. Хотя они понимают, что не все в этом мире правильно устроено, они берут на себя задачу улучшения участи человечества. Короче говоря, они знают, что их собственная жизнь не представляет абсолютной ценности, пока они не посвятят ее своим современникам и даже тем, кто еще не родился.

У плохо приспособленных людей, напротив, социальный интерес выражен недостаточно. Как мы увидим далее, они эгоцентричны, борются за личное превосходство и главенство над другими, у них нет социальных целей. Каждый из них живет жизнью, имеющей лишь личное значение — они поглощены своими интересами и самозащитой.

Творческое «Я»

Ранее мы отмечали, что фундамент стиля жизни закладывается в детские годы. По убеждению Адлера, стиль жизни настолько прочно кристаллизуется к пяти годам жизни ребенка, что потом он продвигается в этом же направлении всю жизнь. При односторонней интерпретации может показаться, что данное понимание формирования стиля жизни указывает на столь же сильный детерминизм в рассуждениях Адлера, как и у Фрейда. Фактически, оба они подчеркивали важность раннего опыта в формировании личности взрослого. Но, в отличие от Фрейда, Адлер понимал, что в поведении взрослого не просто оживают ранние переживания, а скорее имеет место проявление особенностей его личности, которая сформировалась в первые годы жизни. Более того, понятие стиля жизни не столь механистично, как могло бы показаться, особенно когда мы обращаемся к концепции творческого «Я», входящей в систему взглядов Адлера.

Концепция творческого «Я» является самым главным конструктом адлеровской теории, его высшим достижением как персонолога. Когда он открыл и ввел в свою систему этот конструкт, все остальные концепции заняли по отношению к нему подчиненное положение. В нем воплотился активный принцип человеческой жизни; то, что придает ей значимость. Именно это искал Адлер. Он утверждал, что стиль жизни формируется под влиянием творческих способностей личности. Иными словами, каждый человек имеет возможность свободно создавать свой собственный стиль жизни. В конечном счете, сами люди ответственны за то, кем они становятся и как они себя ведут. Эта творческая сила отвечает за цель жизни человека, определяет метод достижения данной цели и способствует развитию социального интереса. Та же самая творческая сила влияет на восприятие, память, фантазии и сны. Она делает каждого человека свободным (самоопределяющимся) индивидуумом.

Предполагая существование творческой силы, Адлер не отрицал влияния наследственности и окружения на формирование личности. Каждый ребенок рождается с уникальными генетическими возможностями, и он очень скоро приобретает свой уникальный социальный опыт. Однако люди — это нечто большее, чем просто результаты действия наследственности и окружающей среды. Люди являются созидательными существами, которые не только реагируют на свое окружение, но и воздействуют на него, а также получают от него ответные реакции. Человек использует наследственность и окружение как строительный материал для формирования здания личности, однако в архитектурном решении отражается его собственный стиль. Поэтому в конечном счете только сам человек ответственен за свой стиль жизни и установки по отношению к миру.

Где истоки творческой силы человека? Что побуждает ее развиваться? Адлер не полностью ответил на эти вопросы. Лучшим ответом на первый вопрос скорее всего будет следующий: творческая сила человека представляет собой результат долгой истории эволюции. Люди обладают творческой силой, потому что они являются людьми. Мы знаем, что творческие способности расцветают в раннем детстве, и это сопутствует развитию социального интереса, но почему именно и как он развивается, пока остается без объяснений. Тем не менее, их присутствие дает нам возможность создавать наш собственный уникальный стиль жизни,

исходя из способностей и возможностей, данных наследственностью и окружением. В адлеровской концепции творческого «Я» отчетливо звучит его убежденность в том, что люди являются хозяевами своей собственной судьбы.

Порядок рождения

Исходя из важной роли социального контекста в развитии личности, Адлер обратил внимание на порядок рождения, как основную детерминанту установок, сопутствующих стилю жизни. А именно: если у детей одни и те же родители, и они растут примерно в одних и тех же семейных условиях, у них все же нет идентичного социального окружения. Опыт старшего или младшего ребенка в семье по отношению к другим детям, особенности влияния родительских установок и ценностей — все это меняется в результате появления в семье следующих детей и сильно влияет на формирование стиля жизни.

По Адлеру, порядок рождения (позиция) ребенка в семье имеет решающее значение. Особенно важно восприятие ситуации, что скорее всего сопутствует определенной позиции. То есть от того, какое значение придает ребенок сложившейся ситуации, зависит, как повлияет порядок его рождения на стиль жизни. Более того, поскольку это восприятие субъективно, у детей, находящихся в любой позиции, могут вырабатываться любые стили жизни. Однако в целом определенные психологические особенности оказались характерными именно для конкретной позиции ребенка в семье.

Первенец (старший ребенок). Согласно Адлеру, положение первенца можно считать завидным, пока он — единственный ребенок в семье. Родители обычно сильно переживают по поводу появления первого ребенка и поэтому всецело отдают себя ему, стремясь, чтобы все было «как полагается». Первенец получает безграничную любовь и заботу от родителей. Он, как правило, наслаждается своим безопасным и безмятежным существованием. Но это продолжается до тех пор, пока следующий ребенок не лишит его своим появлением привилегированного положения. Это событие драматическим образом меняет положение ребенка и его взгляд на мир.

Адлер часто описывал положение первенца при рождении второго ребенка, как положение «монарха, лишенного трона», и отмечал, что этот опыт может быть очень травматичным. Когда старший ребенок наблюдает, как его младший брат или сестра побеждает в соревновании за родительское внимание и нежность, он, естественно, будет склонен отвоевывать свое верховенство в семье. Однако это сражение за возвращение прежней центральной позиции в семейной системе с самого начала обречено на неудачу — прежнего не вернуть, как бы первенец не старался. Со временем ребенок осознает, что родители слишком заняты, слишком задерганы или слишком равнодушны, чтобы терпеть его инфантильные требования. Кроме того, у родителей гораздо больше власти, чем у ребенка, и они отвечают на его трудное поведение (требование к себе внимания) наказанием. В результате подобной семейной борьбы первенец «приучает себя к изоляции» и осваивает стратегию выживания в одиночку, не нуждаясь в чьей-либо привязанности или одобрении. Адлер также полагал, что самый старший ребенок в семье скорее всего консервативен, стремится к власти и предрасположен к лидерству. Поэтому он часто становится хранителем семейных установок и моральных стандартов.

Единственный ребенок. Адлер считал, что позиция единственного ребенка уникальна, потому что у него нет других братьев или сестер, с которыми ему приходилось бы конкурировать. Это обстоятельство, наряду с особой чувствительностью к материнской заботе, часто приводит единственного ребенка к сильному соперничеству с отцом. Он слишком долго и много находится под контролем матери и ожидает такой же защиты и заботы от других. Главной особенностью этого стиля жизни становится зависимость и эгоцентризм.

Такой ребенок на протяжении всего детства продолжает быть средоточием жизни семьи. Однако позднее он как бы внезапно пробуждается и открывает для себя, что больше не находится в центре внимания. Единственный ребенок никогда ни с кем не делил своего центрального положения, не боролся за эту позицию с братьями или сестрами. В результате у него часто бывают трудности во взаимоотношениях со сверстниками.

Второй (средний) ребенок. Второму ребенку с самого начала задает темп его старший брат или старшая сестра: ситуация стимулирует его побивать рекорды старшего сиблинга. Благодаря этому нередко темп его развития оказывается более высоким, чем у старшего ребенка. Например, второй ребенок может раньше, чем первый, начать разговаривать или ходить. «Он ведет себя так, как будто состязается в беге, и если кто-нибудь вырвется на пару шагов вперед, он поспешит его опередить. Он все время мчится на всех парах» [Adler, 1931, p. 148].

В результате второй ребенок вырастает соперничающим и честолюбивым. Его стиль жизни определяет постоянное стремление доказать, что он лучше своего старшего брата или сестры. Итак, для среднего ребенка характерна ориентация на достижения. Чтобы добиться превосходства, он использует как прямые, так и окольные методы. Адлер также полагал, что средний ребенок может ставить перед собой непомерно высокие цели, что фактически повышает вероятность возможных неудач. Интересно отметить, что Адлер сам был средним ребенком в семье.

Последний ребенок (самый младший). Положение последнего ребенка уникально во многих отношениях. Во-первых, он никогда не испытывает шока «лишения трона» другим сиблингом и, будучи «малышом» или «баловнем» семьи, может быть окружен заботой и вниманием со стороны не только родителей, но, как это бывает в больших семьях, старших братьев и сестер. Во-вторых, если родители ограничены в средствах, у него практически нет ничего своего, и ему приходится пользоваться вещами других членов семьи. В-третьих, положение старших детей позволяет им задавать тон; у них больше привилегий, чем у него, и поэтому он испытывает сильное чувство неполноценности, наряду с отсутствием чувства независимости.

Несмотря на это, младший ребенок обладает одним преимуществом: у него высокая мотивация превзойти старших сиблингов. В результате он часто становится самым быстрым пловцом, лучшим музыкантом, наиболее честолюбивым студентом. Адлер иногда говорил о «борющемся младшем ребенке», как о возможном будущем революционере.

Каждый из вышеприведенных примеров представляет собой стереотипное описание «типичного» старшего, единственного, среднего и самого младшего ребенка. Как отмечалось ранее, не у каждого ребенка стиль жизни полностью совпадает



Согласно Адлеру, последние дети в семье, которых все балуют, становятся очень уязвимыми в отношении чувства неполноценности.
(Erika Stone/Photo Researches)

с общими описаниями, данными Адлером. Он утверждал лишь то, что позиция каждого ребенка в семье предполагает наличие определенных проблем (например, необходимость уступать центральное положение в семье после того, как был объектом всеобщего внимания, конкурировать с теми, у кого больше опыта и знаний и тому подобное). Интерес Адлера к взаимоотношениям в контексте порядка рождения являлся, таким образом, ничем иным, чем попыткой исследовать типы проблем, с которыми сталкиваются дети, а также решения, которые они могут принимать, чтобы совладать с этими проблемами.

Фикционный финализм

Как мы уже упоминали, по убеждению Адлера, все, что мы делаем в жизни, отмечено нашим стремлением к превосходству. Цель этого стремления — достичь совершенства, полноты и целостности в нашей жизни. Адлер полагал, что эта универсальная мотивационная тенденция принимает конкретную форму в виде стремления к субъективно понимаемой определяющей цели. Чтобы оценить эти рассуждения, необходимо рассмотреть адлеровскую концепцию *фикционного финализма* — идею о том, что поведение индивидуума подчинено им самим намеченным целям в отношении будущего.

Вскоре после того, как Адлер порвал с окружением Фрейда, он испытал влияние Ханса Вайингера, выдающегося европейского философа. Вайингер в своей книге «Философия возможного» [Vaihinger, 1911] развил идею о том, что на лю-

дей сильнее влияют их ожидания в отношении будущего, чем реальные прошлые переживания. Он утверждал, что многие люди на протяжении всей жизни действуют так, как если бы идеи, которыми они руководствуются, были объективно верными. В понимании Вайингера, людей побуждает к определенному поведению не только то, что истинно, но и то, что является таковым по их мнению. Книга Вайингера произвела на Адлера такое сильное впечатление, что он включил некоторые его концепции в свою теорию.

Адлер развивал мысль о том, что наши основные цели (те цели, которые определяют направление нашей жизни и ее назначение) представляют собой *фиктивные цели*, соотнесенность которых с реальностью невозможно ни проверить, ни подтвердить. Некоторые люди, например, могут выстраивать свою жизнь, исходя из представления о том, что напряженная работа и чуть-чуть удачи помогают достичь почти всего. С точки зрения Адлера, это утверждение — просто *фикция*, потому что многие, кто напряженно работают, не получают ничего из того, что заслуживают. Другой пример фикции, оказывающей огромное влияние на бессчетное число людей, — вера в то, что Бог вознаградит их на небесах за то, что они жили на земле праведной жизнью. Саму веру в Бога и загробную жизнь можно считать по большому счету фикцией, поскольку не существует эмпирического или логического доказательства его существования. Тем не менее, подобные утверждения реальны для тех, кто принимает религиозную систему верований. Другими примерами фиктивных убеждений, способных оказывать влияние на ход нашей жизни, служат следующие: «Честность — лучшая политика», «Все люди созданы равными», «Мужчины стоят выше женщин».

По Адлеру, стремление индивидуума к превосходству управляется выбранной им фиктивной целью. Он также полагал, что превосходство как фиктивная цель является результатом самостоятельно принятого решения; эта цель сформирована собственной творческой силой индивидуума, что делает ее индивидуально-уникальной. Таким образом, стремление к превосходству как к фиктивной цели, являясь субъективно понимаемым идеалом, имеет огромное значение. Когда фиктивная цель индивидуума известна, все последующие действия наполняются смыслом, и его «история жизни» приобретает дополнительное объяснение.

Хотя фиктивные цели не имеют аналогов в реальности, они часто помогают нам более эффективно разрешать жизненные проблемы. Адлер настаивал на том, что, если подобные цели не выполняют функции ориентира в повседневной жизни, их следует или изменить, или отбросить. То, что фикция может быть полезной, звучит странно, но один пример прояснит этот вопрос. Женщина-врач стремится достичь более высокого профессионального уровня, по сравнению со своими коллегами. Но превосходство не имеет четких границ. Она всегда может узнать еще что-то новое по своей специальности. Конечно, она может больше времени посвящать чтению медицинских журналов. Кроме того, она может углублять свои знания, посещая заседания профессиональных обществ и медицинские семинары. Но конечной цели — достижения превосходства — она никогда, в сущности, не достигнет в полной мере. Тем не менее, ее стремление достичь самого высокого профессионального уровня является полезным и здоровым. И она, и ее пациенты скорее всего извлекут выгоду из этого стремления.

Фиктивные цели могут также быть опасными и пагубными для личности. Представьте, например, ипохондрика, ведущего себя так, как если бы он был

действительно болен. Или человека, страдающего паранойей и действующего так, как если бы его действительно преследовали. И, возможно, наиболее сильный пример деструктивной фикции — убежденность нацистов в превосходстве арийской расы над всеми остальными. Эта идея не имела под собой реальной почвы, и все же Адольф Гитлер убедил многих немцев действовать, исходя из того, что арийцы — выдающаяся раса.

В заключение следует сказать, что концепция фикционного финализма показывает, какое значение придавал Адлер телеологическому или ориентированному на цель подходу к проблеме мотивации человека. В его понимании, на личность большее влияние оказывают субъективные ожидания того, что может произойти, чем прошлый опыт. Наше поведение направляется осознанием фиктивной жизненной цели. Эта цель существует не в будущем, а в нашем актуальном восприятии будущего. Хотя фиктивных целей объективно не существует, они, тем не менее, оказывают колоссальное влияние на наше стремление к превосходству, совершенству и целостности.

Мы закончили обзор основных теоретических представлений Адлера о личности. Далее обратимся к исходным положениям о природе человека, лежащим в основе его теоретической системы.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ АДЛЕРА ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Многие считали Адлера «неофрейдистом», и он, несомненно, много сделал для того, чтобы пересмотреть психоаналитическое движение как целостную теоретическую систему. Но, несмотря на то, что по общему мнению он был на первых порах единомышленником Фрейда, многие его идеи расходятся с традиционной психоаналитической теорией более радикально, чем можно в целом предполагать. В действительности, внимательное ознакомление с теоретической системой Адлера решительно наводит на мысль о том, что его, на самом деле очень далекого от неофрейдизма, наиболее точно будет представить предвестником современной гуманистической и феноменологической психологии. Нигде теория Адлера не раскрывается столь полно, как в его исходных положениях о природе человека (рис. 4–1).

Свобода—детерминизм. Сильная приверженность Адлера положению свободы раскрывается в следующей цитате: «Мы придерживаемся того мнения, что в жизни человека нет ничего причинно обусловленного. И, поскольку каждый феномен чем-то отличается от других, в психологии мы не можем говорить о причинности или детерминизме» [Adler, 1956, p. 91]. Отвергая концепцию психического детерминизма, Адлер доказывал, что личность каждого индивидуума является его собственным творением [Adler, 1927a]. Концепция творческого «Я» также является воплощением положения свободы в системе Адлера. Творческая сила человека играет в конечном счете жизненно важную роль в создании определяющей фиктивной цели и ее результата — стиля жизни.

Однако идея полной свободы в индивидуальной психологии имеет некоторые ограничения. Они вызваны тем, что стиль жизни, по крайней мере в некоторой степени, находится под влиянием фиктивной жизненной цели, берущей свое начало в раннем детском опыте (например, влияние порядка рождения). Но даже сама эта фиктивная цель не является продуктом объективных факторов; в ее создании

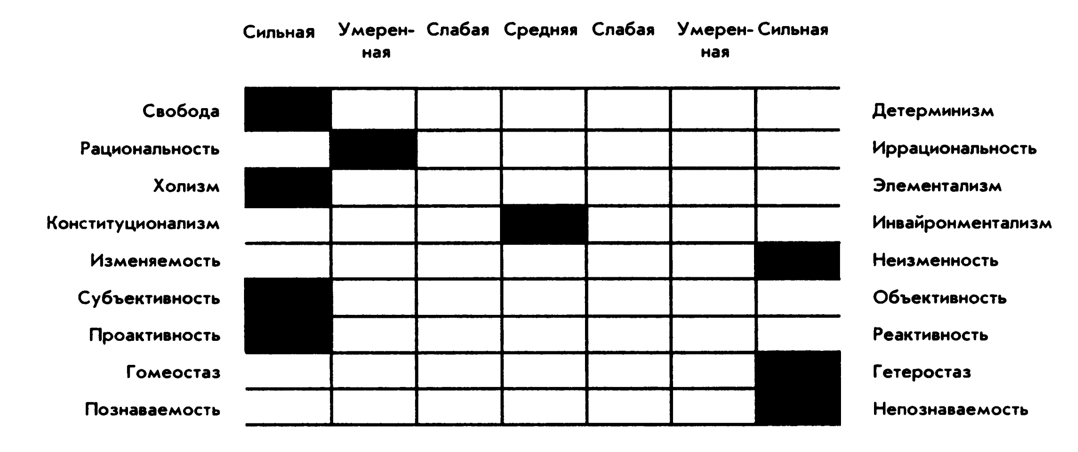


Рис. 4–1. *Позиция Адлера по основным положениям, касающимся природы человека.*

принимают участие растущие творческие силы индивидуума (например, субъективное значение, которое человек придает своей позиции в семье, обусловленной порядком его рождения). Похоже, по мере того как Адлер разрабатывал свою коронную теоретическую идею о творческом «Я», лежащее в ее основе исходное положение свободы проявлялось все более отчетливо.

Рациональность—иррациональность. Если вдуматься, становится ясно, что Адлер определенно тяготеет к рациональности. Это наиболее отчетливо проявляется в его концепции творческого «Я». Вспомним, что, согласно его теории, творческая сила дает людям возможность формировать цели, принимать решения и выстраивать различные жизненные планы, сопоставимые с целями и ценностями. В основе своей идея творческой силы требует признания рациональности.

Но в системе Адлера можно обнаружить некоторые натяжки, связанные с рациональностью, что особенно заметно в его концепции определяющей фиктивной цели. Затушеванная последующими детскими переживаниями, эта цель в основном является неосознанной. То есть люди, как правило, не осознают фиктивных целей или, по крайней мере, не понимают их истинного значения в своей жизни [Adler, 1956]. Иными словами, значительная часть из того, к чему стремятся люди, несмотря на рассудочность в реализации этих стремлений, остается для них во многом неизвестной. Тем не менее, абсолютное значение, которое Адлер в своей теории придавал творческому «Я», явно сдвигает чашу весов в сторону рациональности.

Холизм—элементализм. Полное принятие Адлером положения холизма отчетливо видно почти в каждом элементе его системы. Как ранее отмечалось, Адлер даже назвал разрабатываемое им направление «индивидуальная психология», чтобы подчеркнуть свой холистический взгляд на человека как на неделимую и постоянную сущность.

Если говорить более конкретно, то Адлер описывал творческое «Я» как силу, благодаря которой в детстве формируется фиктивная цель. К реализации последней люди стремятся на протяжении всей жизни. И действительно, стиль жизни во

всей своей полноте в значительной степени основан на определяющей фиктивной цели. Адлер утверждал, что, благодаря индивидуально-уникальной цели, этому направляющему принципу, личность достигает своей максимальной целостности.

Итак, поведение человека можно понять только в контексте этой финалистской, или телеологической концепции человеческих устремлений. Холистическую позицию Адлера невозможно проиллюстрировать более ясно или полно.

Конституционализм—инвайронментализм. «Не забудьте наиболее важный факт: ни наследственность, ни окружение не являются определяющими факторами. Оба они только обеспечивают исходную основу для развития и то влияние, на которое индивидуум отвечает, используя свою творческую силу» [Adler, 1956, p. *XXIV*]. В этом заявлении Адлер ясно обозначает свою позицию в отношении конституционализм—инвайронментализм: наследственность и окружение следует признать как факторы, вносящие свой вклад в формирование склада личности, но влияние творческого «Я» намного превосходит действие этих сил. В индивидуальной психологии имеет значение не то, чем человек наделен от рождения (конституция) или с чем он сталкивается в жизни (окружение), но то, как он распоряжается тем и другим.

Разумеется, Адлер признавал роль факторов наследственности в природе человека (например, социальный интерес и борьба за превосходство являются врожденными; неполноценность органа влияет на развитие личности). Вспомним к тому же, что социальный интерес развивается в семейном окружении, стремление к превосходству проявляется у каждого индивидуума по-своему, а влияние на личность неполноценности органа (позитивное или негативное) зависит от того, как люди реагируют на конституциональные ограничения. Более того, поскольку Адлер признавал значение влияния окружающей среды (например, порядок рождения) на склад личности, решающим является то, как человек воспринимает это влияние и как на него реагирует. Поэтому позицию Адлера в отношении конституционализма—инвайронментализма лучше всего охарактеризовать как промежуточное положение на этом континууме, потому что, в силу превалирующего значения творческого «Я» в формировании личности, ни конституция, ни окружение, похоже, не наделены очень большим влиянием в его теории.

Изменяемость—неизменность. При том, что позиции Фрейда и Адлера по многим исходным положениям категорически не совпадали, ученые сходились во взглядах по вопросу о неизменности. Как и Фрейд, Адлер настаивал на том, что личность человека формируется именно в первые пять лет жизни и что она существенно не меняется или меняется очень незначительно по прошествии этих пяти созидательных лет. Однако положение неизменности в теории Адлера раскрывается иначе, чем у Фрейда.

Ключ к раскрытию этого положения в теории Адлера мы находим в его концепции стиля жизни. Основы стиля жизни закладываются в ранних ощущениях собственной неполноценности и в компенсации. Стиль жизни формируется примерно к пяти годам и далее влияет на все аспекты поведения человека. Именно благодаря стилю жизни люди до конца своих дней борются за превосходство и постоянно стремятся к достижению фиктивных целей, сформированных в раннем детстве. И несмотря на то, что стиль жизни может заявлять о себе в разные периоды по-разному, он, по существу, не меняется на протяжении жизни. Таким образом, принятие Адлером положения неизменности не подлежит сомнению.

Субъективность—объективность. Адлер полностью разделял положение субъективности. Начиная с принципа «индивидуальной субъективности», положенного в основу его теории, субъективность совершенно очевидно просматривается практически в каждой основной концепции индивидуальной психологии. Например, объективная позиция ребенка в семье не имеет такого значения для формирования структуры личности, как *субъективный смысл*, который ребенок вкладывает в ситуацию, создавшуюся в связи с порядковым номером его рождения. Также и социальный интерес вначале проявляется скорее как функция от того, как ребенок объясняет для себя поведение матери, чем как ответ на объективный характер этого поведения. Субъективность также отчетливо видна в концепции фикционного финализма. По Адлеру, стиль жизни целиком основан на неотступном следовании индивидуума *субъективной* фиктивной цели, представленной в таком виде, как он *воспринимает ее в настоящем.*

Адлер использовал термин «схема апперцепции»[1] для описания процесса, посредством которого каждый из нас интерпретирует события своей жизни [Adler, 1956]. Согласно Адлеру, до того как объективные события начнут как-то влиять на личность или поведение, они сначала преобразуются под опосредующим влиянием психологического метаболизма этой субъективной схемы. «Мы предположили и сочли верным, что концептуальный мир как таковой является субъективным в своем устройстве... Все, что мы воспринимаем, исключительно субъективно» [Adler, 1956, p. 83]. Таким образом, интерпретация составляет основной принцип в восприятии мира человеком. Совершенно очевидно, что Адлер исходил из положения субъективности в отношении природы человека.

Проактивность—реактивность. Как отмечалось выше, основное теоретическое положение индивидуальной психологии касается того, что «жизнь человека представляет собой динамическое стремление к превосходству». В этом стремлении мы усматриваем подтверждение абсолютной приверженности Адлера положению проактивности. В его теории причинность поведения всегда находится *внутри* индивидуума, особенно в упорном, нацеленном на будущее и всепоглощающем стремлении к превосходству и совершенству. В действительности Адлер постулирует существование только одной проактивной и динамической силы, лежащей в основе всей человеческой активности — поиск совершенства в жизни. Укоренившееся в субъективных переживаниях собственной неполноценности в младенчестве и в детстве, это вездесущее сильное желание направлено на достижение фиктивной цели, поставленной самим индивидуумом; вся жизненная активность выстраивается вокруг нее. Личность в теории Адлера не просто реагирует на внешние стимулы из окружающей среды: она описана исключительно в терминах стремления, созданного собственным «Я» и ориентированного в будущее.

Гомеостаз—гетеростаз. Чтобы оценить позицию Адлера по этому положению, стоит привести одну короткую цитату: «Движение от минуса к плюсу бесконечно. Стремление снизу вверх никогда не прекратится» [Adler, 1930, p. 398]. Совершенно очевидно, что этого не мог сказать теоретик, преданный идее гомеостаза — тот, кто считает, что людей побуждает к действиям необходимость снимать напряжение и сохранять состояние внутреннего равновесия. В приведенном

[1] *Апперцепция* — зависимость восприятия от прошлого опыта и индивидуальных особенностей человека. (*Прим. перев.*)

высказывании ясно угадывается идея *увеличения напряжения* за счет постоянного стремления двигаться «от минуса к плюсу» и «снизу вверх».

То, что Адлер строго придерживался положения гетеростаза, видно из его формулировки основного жизненного мотива — концепции стремления к превосходству. В этом бесконечном стремлении люди не снимают напряжения, они генерируют его для продолжения борьбы за достижение своих фиктивных целей. Однако версия гетеростаза Адлера в чем-то отлична от тех, с которыми мы сталкиваемся в современной гуманистической и феноменологической психологии. В их понимании гетеростаз предстает в виде самореализации личности (то есть постоянного движения в направлении актуализации ее потенциальных возможностей). Как правило, эти потенциальные возможности считаются врожденными, а человек просто следует по пути развития, чтобы их реализовать. В адлеровской трактовке гетеростаза люди рассматриваются как постоянно стремящиеся к превосходству и конечной фиктивной цели. Это создает ощущение, что люди скорее наилучшим образом выполняют свою субъективную жизненную миссию, чем просто реализуют все свои возможности. Таким образом, можно утверждать, что в теории Адлера люди растут как личности в направлении, противоположном своим первоначальным склонностям и потенциям в той степени, в какой их стремление к превосходству, стиль жизни и фиктивные цели коренятся в более раннем чувстве неполноценности. Тем не менее, с точки зрения индивидуальной психологии, люди развиваются, продвигаются вперед и продуцируют усиление напряжения — что доказывает сильную приверженность Адлера положению гетеростаза.

Познаваемость—непознаваемость. Мы упоминали, что на Адлера оказала сильное влияние книга Вайингера «Философия возможного». Изложенная в ней философия, вскоре ставшая и философией Адлера, носит название *идеалистический позитивизм.* Исходя из наших целей, этот термин легче всего понять, если иметь в виду, что воображаемые конструкты (например, «фикции»), даже находясь в противоречии с реальностью, имеют огромную практическую ценность и необходимы для человеческой жизни [Adler, 1956]. Иначе говоря, в жизни имеет значение не то, что абсолютно верно или может оказаться таковым (да и кто это знает?), а то, что мы *считаем* абсолютно верным. В том, что касается вопроса о познаваемости—непознаваемости, эта философская доктрина представляется настолько же применимой к психологической науке, насколько и к людям. То есть искать «абсолютную правду» о природе человека нет смысла — психологической науке лучше развивать теоретические концепции («персонологические фикции»), практичные и полезные для людей, пытающихся понять себя и свои жизненные обстоятельства.

Именно это делал Адлер, создавая свою теорию. И если смотреть с этой точки зрения, то адресованность первой книги Адлера «Постижение человеческой природы» (1927b) широкому кругу читателей может быть и не случайна. Таким образом, в кажущейся простоте и прагматизме многих концепций Адлера (что само по себе не противоречит признанию загадочности природы человека) находит свое выражение его убежденность в том, что это — лучшее, что может сделать психологическая наука для описания человека. По словам самого Адлера, его научная теория не ответила и не могла бы ответить на все вопросы: «Должен признать, те, кто находят следы метафизики в индивидуальной психологии, правы... Как ни называть ее — спекуляцией или трансцендентализмом, не существует такой науки,

которая не вторгалась бы в сферу метафизики» [Adler, 1956, p. 142]. Зная его философские взгляды, мы можем точно сказать, что Адлер стоял на позиции непознаваемости.

Теперь перейдем к вопросу об эмпирической проверке положений индивидуальной психологии.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИЙ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Систематических и планомерных попыток проверки эмпирической валидности концепций Адлера практически не предпринималось. Нехватка экспериментальных исследований может быть объяснена двумя основными причинами.

Во-первых, многие концепции Адлера по своей сути глобальны — в них недостает четких рабочих определений, необходимых для того, чтобы теорию можно было проверить. Это особенно справедливо для таких понятий, как социальный интерес, фикционный финализм, творческое «Я» и стремление к превосходству. Имеет ли социальный интерес какое-нибудь отношение к базисным установкам, наблюдаемому поведению, доброжелательности по отношению к другим или ко всем этим параметрам одновременно? Как может исследователь определить, выражается ли в данном типе поведения социальный интерес? Люди, сделавшие своей целью улучшение качества жизни для каждого, могут брать заложников и изготавливать бомбы, чтобы добиться более радикальных перемен в политике правительства; их разрушительное поведение может быть мотивировано благими намерениями и целями, достойными похвал, при том, что выбранные средства оказываются весьма сомнительными. Другие люди могут делать щедрые пожертвования на достойные проекты, правда, их целью является, в первую очередь, создание привлекательного имиджа или снижение налогов. Вроде бы их поведение должно вызывать восхищение, но в основе его лежит эгоистическая мотивация. Поэтому очевидно, что концепция социального интереса может иметь несколько альтернативных интерпретаций, в зависимости от ценностей, разделяемых наблюдателем. Вследствие этого экспериментатору зачастую не ясно, какие логические операции следует использовать для измерения этого конструкта.

Во-вторых, теория Адлера не полностью систематизирована, особенно в том, что касается перекрывающих друг друга терминов (например, «невротический стиль жизни», «ошибочный стиль жизни», «изнеженный стиль жизни»). В результате связующие элементы теории сформулированы нечетко. Например, являются ли борьба за личное превосходство и маскулинный протест одним и тем же? Сказанное следует воспринимать не как критику Адлера, но как призыв к тем, кто заинтересован развивать его теорию в направлении расширения возможностей точной экспериментальной, объективной верификации. К сожалению, мало кто из психологов брался за эту задачу.

Таким образом, хотя индивидуальная психология может иметь большое практическое значение, попытки эмпирической проверки ее положений предпринимались редко. Это не дает возможности оценить ее валидность. Тем не менее, адлеровская концепция порядка рождения и его влияния на развитие личности вызвала интерес исследователей. Далее мы рассмотрим несколько исследований, прямо

относящихся к существу теоретических открытий Адлера. Кроме того, мы обсудим недавние попытки создания надежного и валидного метода измерения социального интереса.

Эмпирические доказательства влияния порядка рождения

Как упоминалось выше, Адлер утверждал, что порядковая позиция ребенка в структуре семьи является важным фактором, участвующим в формировании стиля жизни. Это утверждение получило резонанс в научной литературе: было изучено влияние порядковой позиции на развитие многих поведенческих характеристик. Следует, однако, заметить, что в большинстве подобных работ идеи Адлера не подвергаются прямой проверке. Более того, далеко не во всех исследованиях его прогнозы эмпирически подтвердились. В литературе можно найти прекрасные обзоры по этой проблеме [Ernst, Angst, 1983; Falbo, Polit, 1986].

Достижение. Адлер считал, что первенцы озабочены проблемой власти и авторитета. Эту их озабоченность он связывал с тем, что при появлении второго ребенка в семье первый лишается своего «трона». Единственное, что остается старшему ребенку в такой ситуации, это завоевать, подобно взрослым, власть и авторитет благодаря выдающимся достижениям. Таким образом, можно ожидать, что в результате исследования мы увидим у первенцев высокий уровень образования и высокий статус. Они также скорее всего должны выделяться благодаря своим успехам в интеллектуальной деятельности. В исследовании, в котором приняли участие около 400 мужчин в Нидерландах, была получена высокая положительная корреляция между порядком рождения и показателями невербального теста интеллектуальных способностей [Belmont, Marolla, 1973]. Первенцы по уровню интеллектуальных достижений превосходили следующих по порядку рождения детей в тех семьях, где было от двух до девяти детей. В сходном исследовании было показано: положительная связь между порядком рождения и интеллектуальными достижениями сохраняется и в том случае, когда учитываются такие переменные, как школьная успеваемость у родителей испытуемых, доход семьи и возраст матери [Breland, 1974]. В других исследованиях по этому вопросу выявлена следующая закономерность: у первенцев IQ (коэффициент интеллектуального развития) выше, чем у вторых детей; у вторых IQ выше, чем у третьих, и т. д. [Zajonc, Markus, 1975]. Различия невелики — самое большее в несколько баллов, но выглядят убедительно. В чем причина этих различий? Одно из объяснений дает *модель слияния*, предложенная Зайонцом [Zajonc, 1986]. Согласно этой теории (отличающейся от теории Адлера, но построенной в духе его рассуждений), интеллектуальное развитие каждого человека зависит от количества интеллектуальной стимуляции, полученной в родительской семье. Первенец выигрывает благодаря тому, что в течение определенного периода времени (до рождения второго ребенка) он живет с двумя взрослыми, которые обеспечивают ему относительно «обогащенную» интеллектуальную среду. Второй по счету ребенок, напротив, живет с двумя взрослыми, делящими свое внимание между ним и первым ребенком. Таким образом, для второго ребенка средний уровень получаемой интеллектуальной стимуляции несколько ниже. Данный эффект еще сильнее выражен для третьего ребенка и продолжает усиливаться по

мере увеличения количества детей в семье. Согласно объяснению Зайонца, в наиболее невыгодном положении оказывается самый младший ребенок. Именно это и показывают экспериментальные данные.

В других исследованиях обнаружено, что первенцы лидируют в популяции практически в каждой области академических знаний. Например, было отмечено, что старшие сыновья преобладают среди президентов Соединенных Штатов Америки, в то время как среди кандидатов, потерпевших поражение на выборах в президенты, такой закономерности не наблюдается [Wagner, Schubert, 1977]. Первенцев было особенно много среди членов Конгресса США [Zweigenhalt, 1975], а также они преобладали среди женщин, имевших научные степени в области медицины и философии [Melillo, 1983].

Психопатология. Исследования в другом направлении, посвященные изучению связи порядка рождения с различными психическими расстройствами, также подтвердили гипотезу Адлера. Как мы уже упоминали, Адлер утверждал, что последнего ребенка все члены семьи балуют. Адлер считал, что такое изнеженное воспитание может приводить к конфликту между стремлением к независимости от других членов семьи и фактической зависимостью в том, что касается жизненных проблем. Более того, Адлер полагал, что имеющаяся у последних детей склонность к сильной зависимости от других, позволявшая им в детстве немедленно и без затруднений решать проблемы, может обернуться впоследствии высокой вероятностью алкоголизма. Разделявшие это мнение Барри и Блэйн [Barry, Blane, 1977] проанализировали множество работ, посвященных алкоголизму, с точки зрения порядкового номера рождения этих больных. Они обнаружили, что в большинстве случаев именно младшие дети преобладали среди алкоголиков.

Согласно Адлеру, единственные дети в семье очень эгоистичны и явно заинтересованы в том, чтобы находиться в центре внимания. В большинстве проведенных исследований этот тезис не нашел подтверждения. В одной работе было показано, что студенты колледжа — единственные дети продемонстрировали большую склонность к сотрудничеству, чем первенцы или самые младшие в семье [Falbo, 1978]. Тщательное изучение литературы по этой проблеме позволило исследователям прийти к выводу о том, что единственные дети характеризуются такой же психологической стабильностью, как и дети, имеющие много братьев и сестер [Falbo, Polit, 1980].

То обстоятельство, что изучение влияния порядка рождения продолжает вызывать живой интерес, говорит о значительной эвристической ценности идей Адлера. Тем не менее, вызывает определенную озабоченность большое количество противоречивых и неоднозначных результатов по этой проблеме, что часто обусловлено игнорированием таких факторов, как общее количество членов семьи, разница в возрасте между сиблингами, а также социальный класс, к которому принадлежат обследуемые.

Оценка социального интереса

Ранее упоминалось, что концепция социального интереса получила множество различных интерпретаций. Действительно, его формулировка настолько расплывчата, что к нему очень непросто подобрать соответствующие рабочие определения.

Кроме того, сам Адлер возражал против использования психологических тестов для оценки его личностных конструктов [Rattner, 1983]. Однако в психологической литературе можно найти примеры попыток создания надежных и валидных методов самооценки для измерения социального интереса [Crandall, 1975; Greever et al., 1973; Mozdzierz et al., 1986].

«Шкала социального интереса» (Social Interest Scale, SIS), сконструированная Крэндаллом [Crandall, 1975, 1984], представляет собой тест из 15 пунктов. Каждый пункт включает пару личностных черт (табл. 4–1). Испытуемому предлагают выбрать ту характеристику из пары (например, «тактичный» или «благоразумный»), которая ему в большей степени присуща. Предполагается, что выбор таких черт, как «сочувствующий», «помогающий другим» и «сотрудничающий» указывает на социальный интерес.

Психометрические характеристики SIS представляются адекватными для использования данного метода в качестве инструмента исследования. Ретестовая надежность спустя пять недель составила 0,82, а через 14 месяцев – 0,65. Внутренняя надежность варьирует от 0,71 до 0,76 [Crandall, 1980]. Исследования, в которых были получены корреляции показателей SIS со значительным количеством черт личности и оценками социального поведения, также подтверждают пригодность шкалы для оценки социального интереса [Zarski et al., 1986]. Например, оценки по SIS положительно коррелируют с выраженностью таких черт, как оказание помощи другим, эмпатия, ответственность, чувство симпатии к другим, привлекательность для других. Соответственно, оценки по SIS негативно коррелируют с показателями эгоцентризма и враждебности [Crandall, 1980, 1981]. Крэндалл [Crandall, 1975] также сообщил о том, что оценки по SIS позитивно коррелируют с системой ценностей индивидуума, особенно с равенством, миром и безопасностью семьи. Представляется, что эта шкала заслуживает дальнейшего эмпирического изучения. Гривер и соавт. [Greever et al., 1973] также создали шкалу самооценки, предназначенную для выявления степени выраженности социального интереса. Она носит название «Индекс социального интереса» (Social Interest Index, SII), вопросы для нее выбирались из

Таблица 4–1. **Образцы пунктов «Шкалы социального интереса»**

Испытуемый отмечает крестиком те черты, которые у него имеются. Выбор первой черты из левого столбца и второй из правого столбца отражает высокий социальный интерес.

———	1 способен прощать	———	1 настороженный
———	2 мягкий	———	2 сотрудничающий
———	1 щедрый	———	1 честолюбивый
———	2 индивидуалистичный	———	2 терпеливый
———	1 вежливый	———	1 реалистичный
———	2 оригинальный	———	2 высокоморальный
———	1 тактичный	———	1 скромный
———	2 благоразумный	———	2 сочувствующий
———	1 надежный	———	1 с развитым воображением
———	2 мудрый	———	2 помогающий другим

Источник: Crandall, 1975, p. 483.

работ Адлера и трех видных ученых, убежденных адлерианцев. Примеры вопросов приведены ниже.

1. Я не прочь помогать друзьям, когда им тяжело.
2. Работа важна для меня постольку, поскольку она дает возможность принимать активное участие в жизни общества.
3. Я нашел свое место в жизни.
4. Я думаю, что брак много значит в жизни.

По инструкции, испытуемый должен оценивать каждую характеристику по степени выраженности ее у себя, исходя из 5-балльной шкалы, где ответы ранжированы по степени приемлемости («совсем не похоже на меня» или «очень похоже на меня»). Полученные результаты измеряют уровень социального интереса индивидуума в каждой из четырех жизненных сфер: работа, дружба, любовь и собственная значимость. Высокие оценки по SII показательны для высокого социального интереса, а низкие — для низкого социального интереса. В более общем смысле оценки по SII отражают то, какое значение индивидуум придает демократическому стилю сотрудничества; степень принятия себя и других; оценку своего места в жизни, а также ощущение себя частью общества. Гривер и соавт. [Greever et al., 1973] сообщили, что оценки по SII не коррелируют с оценками социально желательного поведения. Показатель внутренней надежности составил 0,81, а ретестовая надежность через две недели была равна 0,79. Однако следует подчеркнуть, что в большинстве исследований с использованием SII участвовали только студенты колледжей, и поэтому любые обобщения относительно других выборок из популяции были бы преждевременными без проведения дальнейших исследований [Leak et al., 1985].

Теперь обратимся к вопросу о применении идей Адлера к проблеме понимания невротического поведения и терапии неврозов.

ПРИЛОЖЕНИЕ: НЕВРОЗ И ЕГО ЛЕЧЕНИЕ

Больше всего Адлер хотел создать практическую психологию, которая согласовывалась бы с повседневной жизнью. В особенности он был заинтересован в разработке такой системы, которая давала бы объяснение причин неврозов, а также служила основой для психотерапевтического лечения подобных нарушений. В этой части главы мы обсудим возможности использования концепций Адлера для понимания природы неврозов, а также для смягчения их клинических проявлений с помощью предложенной Адлером терапии.

Природа невроза

С позиции Адлера, невроз следует рассматривать как диагностически неоднозначный термин, охватывающий многочисленные поведенческие нарушения, по поводу которых прибегают к помощи психиатра и по сей день. Эти расстройства характеризуются разнообразной симптоматикой (например, тревога, мысли о смерти, страхи, обсессивно-компульсивное поведение). Адлер изучал в ходе клинического наблюдения,

каким образом больные неврозами используют свой прошлый и настоящий опыт, чтобы избежать ответственности и сохранить самооценку. В отличие от представлений Фрейда, согласно которым симптомы выступают как средство контроля над инстинктивными импульсами и как способ удовлетворения этих импульсов, Адлер рассматривал появление симптомов как механизм самозащиты — защитную стратегию «Я». Симптом служит средством «извинения», «алиби» или «оправдывающих обстоятельств», средством защиты престижа личности.

Что такое невроз? Адлер посвятил целые тома невротическому поведению, и возможно, следующее данное им определение лучше всего подходит для нашей задачи: «Невроз — это естественное, логическое развитие индивидуума, сравнительно неактивного, эгоцентрически стремящегося к превосходству и поэтому имеющего задержку в развитии социального интереса, что мы наблюдаем постоянно при наиболее пассивных, изнеженных стилях жизни» [Adler, 1956, p. 241].

Если рассматривать составные части этого определения в отдельности, то легче оценить многие открытия Адлера в отношении невротической личности. «Сравнительно неактивный» относится к параметру «уровень активности», входящему в тот раздел типологии Адлера, где он рассуждает об установках, сопутствующих стилю жизни. В понимании Адлера, для больных неврозами характерно снижение уровня активности, необходимой для правильного решения своих жизненных проблем. Точно также Адлер считал, что если бы эти люди обладали более высокой активностью, они бы могли стать преступниками!

Второй ключевой момент в определении Адлера — «эгоцентрически стремящийся к превосходству» — обозначает, что страдающие неврозами обычно борются за свои эгоистические жизненные цели. Другими словами, невротические личности с чрезмерным напряжением продвигаются к утрированным целям самовозвеличивания за счет искренней заботы окружающих. В этом заключается основное значение «задержки в развитии социального интереса» в приведенном определении. Адлер был уверен в том, что у невротических личностей стремление к превосходству выражено сильнее, чем у здоровых людей, и это вынуждает их более непреклонно бороться за его достижение [Adler, 1956]. Обе тенденции Адлер рассматривал как компенсацию глубоко укоренившегося чувства неполноценности у невротиков.

Последняя часть определения — «при наиболее пассивных, изнеженных стилях жизни» — отражает уверенность Адлера в том, что больные неврозами по сути своей *хотят, чтобы их баловали другие*. Имея низкий социальный интерес и недостаточную социальную активность для решения жизненных задач, невротики хотят зависеть только от других в решении своих повседневных проблем.

Чтобы лучше понять происхождение неврозов в понимании Адлера, рассмотрим коротко следующий клинический случай.

Гвен, 18-летняя студентка, закончившая первый курс математического факультета, пришла в консультативный центр своего колледжа с жалобами на тревожность, физические признаки стресса (чувство мышечного напряжения в плечах и в области шеи перед экзаменами), на повторяющиеся состояния подавленности, а также сильную неудовлетворенность своей академической успеваемостью. Она не могла назвать причин тревоги и чувствовала, что ее физическое напряжение выше нормального. Когда ее оценки снизились со средних до ниже средних, Гвен почувствовала сильную неудовлетворенность и едва не обезумела от отчаяния; она чувствовала, что может совсем скатиться вниз, особенно по математике. По мере того, как продолжалось консультирование,

выяснилось, что Гвен всегда испытывала большие трудности в отношениях с друзьями и сверстниками. Она выглядела высокомерной, держалась от других в стороне. Гвен считала, что окружающие ее люди поверхностны и ниже ее в интеллектуальном отношении. Трудности во взаимоотношениях особенно угнетали ее во время семинаров, когда студенты должны были заниматься вместе с руководителем, решая трудные задачи и прорабатывая сложные места в лекционном материале и учебниках.

Гвен росла единственным ребенком в семье. Ее отец был преуспевающим врачом, а мать уважаемым преподавателем математики в старших классах школы. Дома у Гвен было материальное изобилие, родители выполняли любую ее прихоть; она даже имела свободный доступ к кредитным карточкам родителей. Она училась в маленьких частных школах, преподаватели уделяли ей много внимания, и в этих условиях она успевала блестяще. Поступление в большой престижный университет вдали от дома внесло в ее жизнь драматические перемены. Проблем, связанных с адаптацией, у нее было больше, чем у большинства студентов. Трудности невротического характера появились у Гвен именно в этот период.

Исходя из основных положений теории Адлера, можно сделать вывод о том, что уровень активности, необходимый для решения актуальных проблем, у Гвен существенно снизился. Она стремилась к эгоцентрической цели превзойти всех. И при том, что у нее снижен социальный интерес, она хочет и в дальнейшем жить так, чтобы другие ее баловали и все ей прощали. Результатом всего этого и явились невротические симптомы.

Каковы причины невроза? Состояние психологического дискомфорта у Гвен, как и у других больных неврозами, ни в коем случае не обусловлено только ее собственным поведением. Несмотря на утверждения Адлера о том, что люди ответственны за свои действия и выбранный жизненный путь (то есть положение свободы), он понимал, что невротический стиль жизни появляется в результате «трудного» детства. Согласно Адлеру, те самые три фактора, которые приводят к чувству неполноценности (неполноценность органа, чрезмерно балующее воспитание, пренебрежение ребенком) скорее всего вызывают у него перенапряжение. Каждая из упомянутых ситуаций детства благоприятствует развитию особенностей стиля жизни, свойственных невротикам: эгоцентризм, отсутствие сотрудничества, нереалистичность.

Из трех перечисленных ситуаций в случае Гвен, судя по всему, имела место избалованность. Именно она создает семейную атмосферу, в которой дети растут, получая все и ничего не давая взамен. Благодаря своей избалованности и излишнему вниманию к себе со стороны взрослых в детские годы, Гвен утратила социальное чувство и не научилась брать и давать взамен, что так необходимо в отношениях сотрудничества и совместной деятельности во взрослой жизни. О ее избалованности говорит тот факт, что она не могла посещать семинары, потому что там никто не обращал на нее особого внимания.

В заключение следует сказать: больные неврозами — это люди, избравшие неправильный стиль жизни в основном по той причине, что в раннем детстве они или переносили физические страдания, или их чрезмерно опекали и баловали, или их отвергали. В таких условиях, согласно Адлеру, дети становятся повышенно тревожными, не чувствуют себя в безопасности и начинают развивать стратегию психологической защиты, чтобы справиться с чувством неполноценности. Адлер мог бы сказать, что под внешним поведением Гвен всегда скрывается ощущение тревоги и опасности, и поэтому у нее выработалось по крайней мере

7 Зак. 1212

несколько защитных стратегий, помогающих совладать с чувством неполноценности. Ее высокомерие и отстраненность в межличностных отношениях, ее представление о других, как интеллектуально не соответствующих ее уровню, согласуется с этой интерпретацией.

Начало невроза. В перенапрягающих ситуациях детства творческое «Я» создает то, что Адлер называл «ошибочным», или «невротическим» стилем жизни. По существу, индивидуум, предрасположенный к неврозу, лишенный полноценного социального интереса, выдвигает эгоистическую фиктивную цель и поэтому лишает себя основной ценности, которую Адлер связывал с человеческой жизнью [Adler, 1939]. Как ни прискорбно, но жизнь для этого человека сопряжена с чувством постоянной угрозы самооценке, ощущением неуверенности и повышенной чувствительностью. (Адлер полагал, что невротики ведут себя так, как если бы они жили в стане врагов.) Затем этот ошибочный стиль жизни почти неизбежно приходит в столкновение с необходимостью строить взаимоотношения с другими людьми. Случай с Гвен служит хорошей иллюстрацией несовместимости невротического стиля жизни с социальным требованием сотрудничества.

Адлер считал, что этот основополагающий конфликт появляется в связи с одной или всеми тремя основными жизненными задачами — работой, дружбой и любовью. Вступая в конфронтацию с задачами, требующими поддержания отношений товарищества и сотрудничества, сам невротический стиль жизни и фиктивные цели находятся как бы в состоянии постоянной осады. То, что Адлер называл *экзогенным фактором*, всегда ускоряет появление невротических симптомов у личности с предрасположенностью к неврозу: «Следует помнить, что именно экзогенная ситуация подносит спичку к огню» [Adler, 1944, p. 4]. В подобных обстоятельствах творческое «Я» чрезвычайно усиливается, чтобы защитить находящуюся под угрозой самооценку, а также для того, чтобы найти правдоподобные извинения в оправдание своей слабости. Индивидуум может начать самонадеянно верить в то, что он превосходит остальных, и действовать соответственно этому убеждению. Аналогично, индивидуум может стремиться к превосходству и принижать других.

В случае с Гвен экзогенным фактором явилось поступление в университет, отдаленность от родительского дома и связанные с этим требования действовать независимо (как не избалованному человеку) в достижении целей, связанных с учебой. Эгоцентричный стиль жизни Гвен оказался под угрозой: ей необходимо было заставить вести себя в соответствии с общественными требованиями в условиях обучения. Это особенно ярко проявлялось тогда, когда она посещала семинары, то есть в ситуации, вызывавшей у нее значительное беспокойство и дискомфорт.

Лечение неврозов

Подход Адлера к лечению неврозов логически вытекает из его клинической концепции природы неврозов. Если невротические симптомы являются продуктом ошибочного стиля жизни пациента и недостаточно развитого социального интереса, то целью терапии будет коррекция этих ошибок, а также развитие социального интереса. Короче говоря, цели терапии по Адлеру трoякие: 1) выявление ошибочных суждений о себе и других, 2) устранение ложных целей и 3) формирование новых жизненных целей, которые помогут реализовать личностный потенциал.

Вместе с тем, Адлер напоминал, что эти терапевтические цели лучше всего достигаются через понимание пациента, повышение его уровня понимания себя и укрепление его социального интереса.

Понимание пациента. Согласно Адлеру, если терапевт намерен помочь пациенту достичь более глубокого понимания себя, он должен прежде всего достичь необходимого для дальнейшей работы понимания фиктивных целей пациента и его стиля жизни. Например, к чему стремится Гвен? Каковы ее эгоцентрические фиктивные цели, и как все это соотносится с ее переживаниями в настоящее время? По Адлеру, лучшее понимание пациента достигается при обсуждении с ним таких тем, как воспоминания раннего детства, порядковая позиция в семье, заболевания, перенесенные в детстве, содержание сновидений, а также экзогенный фактор, спровоцировавший начало невроза. Анализируя детские воспоминания, Адлер мог бы попросить Гвен вспомнить о самом раннем детстве. Затем он сравнил бы эти воспоминания со сходными по значению, уже известными от Гвен, относящимися к недавним жизненным событиям. Это дало бы ему возможность найти общие темы или цели, которые направляют ее поведение (зачастую неосознанно). Предположим, Гвен вспомнила такой эпизод из своего раннего детства:

> Однажды мама подарила мне на день рождения головоломку. Весь вечер, как ни старалась, я не могла ее собрать, даже после того как некоторые из моих гостей при мне ее складывали. Когда мама вышла из комнаты, кто-то из детей начал смеяться надо мной, потому что я такая глупая. Когда мама возвратилась, она объяснила мне головоломку. Она всегда так делала, она ведь учитель математики.

Эти воспоминания, независимо от того, насколько они точны, можно считать ценным ключом к разгадке особенности стиля жизни Гвен и связанных с ним целей собственного превосходства.

Пытаясь понять личность пациента, Адлер [Adler, 1956] использовал и такие средства анализа, как эмпатия, интуиция и предположения. Он полагал, что с помощью эмпатии (способность ставить себя на место пациента) можно достигать необходимого уровня интуитивного понимания ошибочного плана жизни пациента. Если картина все-таки не прояснялась, Адлер прибегал к предположениям, выдвигал гипотезы о причинах поведения пациента, которые можно по ходу анализа уточнять и сопоставлять с последующим наблюдаемым поведением. Большое значение он придавал и экспрессии пациента, его выразительному поведению (например, язык тела, выражение лица, походка, поза, жесты) и симптомам. Так же, как и Фрейд, Адлер обращал внимание на каждую грань поведения пациента, и мало что оставалось незамеченным.

Применение вышеперечисленных методов может привести к пониманию ошибочного стиля жизни Гвен. Скажем, может оказаться так, что она стремится к фиктивной цели полного интеллектуального превосходства над другими в какой-то области (например, в математике). Она будет на символическом уровне решать все новые и новые головоломки, и никто никогда не посмеет снова над ней посмеяться! Она даже сможет отплатить матери той же монетой, превзойдя ее в математике. «Ошибочный» стиль жизни, как у Гвен, на бессознательном уровне довольно легко компонуется вокруг подобных фиктивных целей.

Углубление самопонимания пациента. Для того, чтобы лечение продвигалось успешно, недостаточно одного лишь понимания терапевтом ошибочного плана

жизни пациента. Последний должен прийти к определенному уровню понимания и принятия того, что он осознал. Иначе говоря, пациент должен достичь инсайта о происхождении своих ложных целей, стиля жизни и обусловленных ими невротических симптомов. Так, Гвен необходимо осознать свою фиктивную цель интеллектуального превосходства и тот невротический стиль жизни, который выработался у нее на основе этой цели; также она должна осознать, что цена всему этому — саморазрушение. В конце концов она должна понять, что психическое здоровье требует настроя на сотрудничество с другими и готовности содействовать развитию общества.

Адлер отчетливо понимал, как следует подводить пациента к лучшему пониманию себя: «Я обнаружил, что единственно верный путь — прослеживать невротическую линию поведения пациента во всех его чувствах и мыслях, раскрывать ее и одновременно ненавязчиво учить пациента делать то же самое» [Adler, 1956, p. 334]. Последователи Адлера, не торопя и не задевая пациентов, последовательно подводили их к тому этапу терапии, когда они сами хотели выслушать и понять, в чем состоит ошибочность стиля их жизни. Как заметил выдающийся терапевт адлеровской школы Рудольф Дрейкурс [Dreikurs, 1971], такт и избегание догматических утверждений являются в этом процессе решающими. Поэтому, пытаясь найти объяснение тому или иному явлению, терапевт должен употреблять выражения, подобные следующим: «Могу я сказать, что..?» или «Могло быть так, что..?» К тому же терапевт должен давать пациенту четкие объяснения. Тогда «пациент быстро осознает и понимает смысл своих собственных переживаний» [Adler, 1956, p. 335]. Можно предположить, что, однажды раскрыв для себя свои ошибочные цели *эгоцентрического превосходства* и достигнув ясного понимания того, что болезненные симптомы являются следствием невротического стиля жизни, Гвен переориентируется на более социально-конструктивный стиль жизни. Ей нужно будет последовательно преобразовывать свое восприятие и понимание происходящего, начать по-другому взаимодействовать с окружающими (например, воспринимать других иначе, чем с оценкой их интеллектуального недоразвития), отбросить свое высокомерие и отчужденность в межличностных отношениях. Надо отметить, что Адлер постоянно подчеркивал: в процессе терапии не терапевт, а прежде всего пациент несет ответственность за успешный результат терапии.

Усиление социального интереса. Развитие социального интереса Адлер рассматривал как главную цель терапии: «Все мои усилия направлены на повышение социального интереса пациента. Я знаю, что истинная причина этого заболевания заключается в низкой способности к согласованному взаимодействию с другими, и я хочу, чтобы пациент понял это. Как только он начнет общаться и сотрудничать с другими на равной основе, он излечен» [Adler, 1956, p. 347]. Из этой цитаты видно, что адлеровская терапия представляет собой упражнения в сотрудничестве. Задача терапевта здесь заключается в том, чтобы обучить пациента такому межличностному контакту с окружающими, который способствует перенесению пробудившихся социальных чувств пациента на других людей. Этого терапевты добиваются, поощряя проявления социального сотрудничества у пациента, а также добиваясь ослабления его чувства превосходства при одновременном росте социального интереса. Осуществляя терапевтическую задачу — развивать у пациента социальное чувство — терапевт адлеровской школы как бы с запозданием берет на себя материн-

скую роль. По мере повышения уровня социального интереса в ходе лечения эгоистические цели пациента заменяются полезными жизненным целями. Он становится увереннее и смелее, начинает жить без проявлений психологической защиты (невротических симптомов), служащих оправданием ошибочного стиля жизни.

Усиление социального интереса представляет собой род переориентации и перевоспитания пациента, то есть тех процессов, реализацию которых ученики Адлера рассматривали как наиболее важный этап в терапии [Ansbacher, 1977]. Того, что Гвен просто осознает свой невротических стиль жизни, явно недостаточно — она должна предпринять усилия для его изменения. Она должна прийти к пониманию того, что в ее план жизни больше не входит достижение безоговорочного интеллектуального превосходства над другими. Она должна принять свое место в обществе, увидеть и выбрать для себя социально полезные цели, а также научиться неуклонно достигать этих целей. И тогда на смену «ошибочному» придет более здоровый стиль жизни, и исчезнут невротические симптомы.

Теперь обратимся к другому последователю Фрейда. Здесь перед нами пример того, как освобождение от влияния ортодоксальной психодинамической теории привело к поразительно отличному подходу к личности. Мы продолжим наше обсуждение результатов пересмотра психоанализа концепцией Карла Густава Юнга, которого многие считают одним из самых выдающихся мыслителей XX века.

КАРЛ ГУСТАВ ЮНГ: АНАЛИТИЧЕСКАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

Работы Фрейда, несмотря на их дискуссионный характер, вызвали желание у группы ведущих ученых того времени поработать вместе с ним в Вене. Некоторые из этих ученых со временем отошли от психоанализа, чтобы искать новые подходы к пониманию человека. Карл Густав Юнг был самым выдающимся среди перебежчиков из лагеря Фрейда.

Как и Фрейд, Юнг посвятил себя изучению динамических неосознаваемых влечений на человеческое поведение и опыт. Однако, в отличие от первого, Юнг утверждал, что содержание бессознательного есть нечто большее, чем подавленные сексуальные и агрессивные побуждения. Согласно юнговской теории личности, известной как *аналитическая психология*, индивидуумы мотивированы интрапсихическими силами и образами, происхождение которых уходит вглубь истории эволюции. Это врожденное бессознательное содержит имеющий глубокие корни духовный материал, который и объясняет присущее всему человечеству стремление к творческому самовыражению и физическому совершенству.

Другой источник разногласий между Фрейдом и Юнгом — отношение к сексуальности как к преобладающей силе в структуре личности. Фрейд трактовал либидо, в основном, как сексуальную энергию, а Юнг рассматривал его как диффузную творческую жизненную силу, проявляющуюся самыми различными путями — как, например, в религии или стремлении к власти. То есть, в понимании Юнга, энергия либидо концентрируется в различных потребностях — биологических или духовных — по мере того, как они возникают. Как и Адлер, Юнг

отвергал заявление Фрейда о том, что мозг представляет собой «приложение к половым железам».

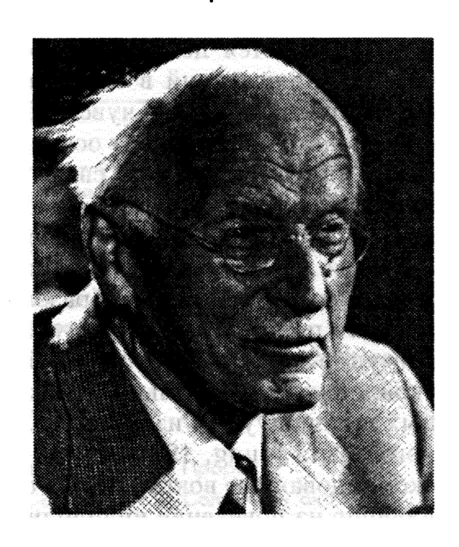
Воззрения Юнга на личность человека являются, возможно, наиболее сложными, неортодоксальными и наиболее полемическими в персонологической традиции. Он создал уникальную, представляющую огромный научный интерес теорию, заметно отличающуюся от всех других подходов к изучению личности.

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Карл Густав Юнг (Carl Gustav Jung) родился в Кессвиле, в Швейцарии, в 1875 году. Вырос в Базеле, Швейцария. Единственный сын пастора швейцарской реформаторской церкви, он был глубоко интровертированным ребенком, но прекрасно учился. Он жадно читал, особенно философскую и религиозную литературу, и наслаждался уединенными прогулками, во время которых восхищался тайнами природы. В школьные годы, вспоминал Юнг, он был всецело поглощен мечтами, сверхъестественными видениями и фантазиями [Jung, 1961]. Он был убежден в том, что обладает тайным знанием о будущем; была у него и фантазия о том, что в нем сосуществуют два разных человека.

Юнг изучал медицину в Базельском университете и получил медицинскую степень по специальности психиатрия в 1900 году. В этом же году он занял должность ассистента в Цюрихском госпитале для душевнобольных, где работал под руководством Эжена Блейлера, автора термина «шизофрения». Интерес Юнга к сложной психической жизни больных шизофренией скоро привел его к работам Фрейда [Jung, 1906/1960]. После знакомства с «Толкованием сновидений» Юнг начал регулярно переписываться с Фрейдом. Наконец, они встретились в доме Фрейда в Вене, в 1907 году. Этот визит Юнга к Фрейду положил начало тесным личным и профессиональным отношениям. Образованность Юнга произвела глубокое впечатление на Фрейда. Он полагал, что Юнг мог бы идеально представлять психоанализ в мировом научном сообществе, так как не был евреем. Юнг был принят как «старший сын» с присвоением титула «наследника и кронпринца». Он был избран первым президентом Международной психоаналитической ассоциации в 1910 году. Однако в 1913 году двое ученых разорвали отношения по классическому эдипову сценарию [Alexander, 1982]. В следующем году Юнг сложил с себя полномочия президента Психоаналитической ассоциации и вышел из нее. Разрыв ускорили причины как личного характера, так и теоретические расхождения. Больше они ни разу не встречались.

На протяжении следующих четырех лет Юнг переживал тяжелый душевный кризис, и это настолько ослабило его, что он отказался читать курс лекций в Цюрихском университете. Он был буквально одержим изучением собственных снов и фантазий, что, по мнению некоторых ученых, едва не привело его к помешательству [Stern, 1976]. Только к концу первой мировой войны он смог прервать свое путешествие по лабиринтам внутреннего мира, чтобы создать новый подход к изучению личности, где в качестве основных идей выступали человеческие устремления и духовные потребности. Юнг приписывал все свои поздние работы и творческую активность влиянию этого периода мучительной интроспекции бездн своего бессознательного. Его автобиография «Воспоминания, сновидения, размышле-



Карл Густав Юнг (1875–1961).

ния» начинается с утверждения: «Моя жизнь — это история самореализации бессознательного» [Jung, 1961, p. 3].

Трагический эпизод в жизни Юнга связан с обвинениями его в симпатиях к нацистам. Юнг со всей страстью отвергал эти нападки и был в конце концов реабилитирован. Свою дальнейшую жизнь он посвятил путешествиям по всему миру и чтению лекций. Изучение разных культур в Америке, Африке и Азии дало ему возможность расширить свое понимание природы человека. *Аналитическая психология* в конечном счете нашла очень широкую аудиторию в разных странах, а многие его книги не утратили своей актуальности и сегодня.

Юнг скончался в 1961 году в возрасте 86 лет в Куснахте, Швейцария.

АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

В результате переработки Юнгом психоанализа появился целый комплекс сложных идей из таких разных областей знания, как психология, философия, астрология, археология, мифология, теология и литература. Эта широта интеллектуального поиска в сочетании с непростым и загадочным авторским стилем Юнга является причиной того, что его психологическая теория наиболее трудна для понимания. Понимая эти сложности, мы, тем не менее, надеемся, что краткое знакомство со взглядами Юнга послужит вам отправной точкой для дальнейшего чтения его трудов.

Структура личности

Юнг утверждал, что *душа* (в теории Юнга термин, аналогичный личности) состоит из трех отдельных, но взаимодействующих структур: эго, личного бессознательного и коллективного бессознательного [Jung, 1931/1969].

Эго является центром сферы сознания. Оно представляет собой компонент psyche, включающий в себя все те мысли, чувства, воспоминания и ощущения, благодаря которым мы чувствуем свою целостность, постоянство и воспринимаем себя людьми. Эго служит основой нашего самосознания, и благодаря ему мы способны видеть результаты своей обычной сознательной деятельности.

Личное бессознательное вмещает в себя конфликты и воспоминания, которые когда-то осознавались, но теперь подавлены или забыты. В него входят и те чувственные впечатления, которым недостает яркости для того, чтобы быть отмеченными в сознании. Таким образом, юнговская концепция личного бессознательного в чем-то похожа на таковую у Фрейда. Однако Юнг пошел дальше Фрейда, сделав упор на том, что личное бессознательное содержит в себе *комплексы*, или скопления эмоционально заряженных мыслей, чувств и воспоминаний, вынесенных индивидуумом из его прошлого личного опыта или из родового, наследственного опыта [Jung, 1921/1973]. Согласно представлениям Юнга, эти комплексы, скомпонованные вокруг самых обычных тем, могут оказывать достаточно сильное влияние на поведение индивидуума. Например, человек с комплексом власти может расходовать значительное количество психической энергии на деятельность, прямо или символически связанную с темой власти. То же самое может быть верным и в отношении человека, находящегося под сильным влиянием матери, отца или под властью денег, секса или какой-нибудь другой разновидности комплексов. Однажды сформировавшись, комплекс начинает влиять на поведение человека и его мироощущение. Юнг утверждал, что материал личного бессознательного у каждого из нас уникален и, как правило, доступен для осознания. В результате компоненты комплекса или даже весь комплекс могут осознаваться и оказывать чрезмерно сильное влияние на жизнь индивидуума.

И наконец, Юнг высказал мысль о существовании более глубокого слоя в структуре личности, который он назвал *коллективным бессознательным* [Jung, 1936/1969]. Коллективное бессознательное представляет собой хранилище латентных следов памяти человечества и даже наших человекообразных предков. В нем отражены мысли и чувства, общие для всех человеческих существ и являющиеся результатом нашего общего эмоционального прошлого. Как говорил сам Юнг, «в коллективном бессознательном содержится все духовное наследие человеческой эволюции, возродившееся в структуре мозга каждого индивидуума» [Campbell, 1971]. Таким образом, содержание коллективного бессознательного складывается благодаря наследственности и одинаково для всего человечества. Важно отметить, что концепция коллективного бессознательного была основной причиной расхождений между Юнгом и Фрейдом.

Архетипы. Юнг высказал гипотезу о том, что коллективное бессознательное состоит из мощных первичных психических образов, так называемых *архетипов* (буквально, «первичных моделей»)[1] [Jung, 1968]. Архетипы — врожденные идеи или воспоминания, которые предрасполагают людей воспринимать, переживать и реагировать на события определенным образом. В действительности, это не воспоминания или образы как таковые, а скорее, именно предрасполагающие факторы, под влиянием которых люди реализуют в своем поведении универсальные модели восприя-

[1]*Архетип* (греч. αρχετυπον от «αρχη» — «начало» и «τυποζ» — «образ») — в позднеантичной философии (Филон Александрийский и др.) прообраз, идея. *(Прим. ред.)*

Таблица 4–2. **Примеры архетипов, описанных Юнгом**

Архетип	Определение	Символы
Анима	Бессознательная женская сторона личности мужчины	Женщина, Дева Мария, Мона Лиза
Анимус	Бессознательная мужская сторона личности женщины	Мужчина, Иисус Христос, Дон Жуан
Персона	Социальная роль человека, проистекающая из общественных ожиданий и обучения в раннем возрасте	Маска
Тень	Бессознательная противоположность того, что индивид настойчиво утверждает в сознании	Сатана, Гитлер, Хуссейн
Самость	Воплощение целостности и гармонии, регулирующий центр личности	Мандала
Мудрец	Персонификация жизненной мудрости и зрелости	Пророк
Бог	Конечная реализация психической реальности, спроецированной на внешний мир	Солнечное око

тия, мышления и действия в ответ на какой-либо объект или событие. Врожденной здесь является именно тенденция реагировать эмоционально, когнитивно и поведенчески на конкретные ситуации — например, при неожиданном столкновении с родителями, любимым человеком, незнакомцем, со змеей или смертью.

В ряду множества архетипов, описанных Юнгом, стоят мать, ребенок, герой, мудрец, божество Солнца, плут, Бог и смерть (табл. 4–2).

Юнг полагал, что каждый архетип связан с тенденцией выражать определенного типа чувства и мысли в отношении соответствующего объекта или ситуации. Например, в восприятии ребенком своей матери присутствуют аспекты ее актуальных характеристик, окрашенные неосознаваемыми представлениями о таких архетипических материнских атрибутах, как воспитание, плодородие и зависимость. Далее, Юнг предполагал, что архетипические образы и идеи часто отражаются в сновидениях, а также нередко встречаются в культуре в виде символов, используемых в живописи, литературе и религии. В особенности он подчеркивал, что символы, характерные для разных культур, часто обнаруживают поразительное сходство, потому что они восходят к общим для всего человечества архетипам. Например, во многих культурах ему встречались изображения *мандалы*, являющиеся символическими воплощениями единства и целостности «Я». Юнг считал, что понимание архетипических символов помогает ему в анализе сновидений пациента.

Некоторые наиболее важные архетипы

Количество архетипов в коллективном бессознательном может быть неограниченным. Однако особое внимание в теоретической системе Юнга уделяется персоне, аниме и анимусу, тени и самости.

Персона (от латинского слова «persona», обозначающего «маска») — это наше публичное лицо, то есть то, как мы проявляем себя в отношениях с другими

людьми. Персона обозначает множество ролей, которые мы проигрываем в соответствии с социальными требованиями. В понимании Юнга, персона служит цели производить впечатление на других или утаивать от других свою истинную сущность. Персона как архетип необходима нам, чтобы ладить с другими людьми в повседневной жизни. Однако Юнг предупреждал о том, что если этот архетип приобретает слишком большое значение, то человек может стать неглубоким, поверхностным, сведенным до одной только роли и отчужденным от истинного эмоционального опыта.

В противоположность той роли, которую выполняет в нашем приспособлении к окружающему миру персона, архетип *тень* представляет подавленную темную, дурную и животную сторону личности. Тень содержит наши социально неприемлемые сексуальные и агрессивные импульсы, аморальные мысли и страсти. Но у тени имеются и положительные свойства. Юнг рассматривал тень как источник жизненной силы, спонтанности и творческого начала в жизни индивидуума. Согласно Юнгу, функция эго состоит в том, чтобы направлять в нужное русло энергию тени, обуздывать пагубную сторону нашей натуры до такой степени, чтобы мы могли жить в гармонии с другими, но в то же время открыто выражать свои импульсы и наслаждаться здоровой и творческой жизнью.

В архетипах анимы и анимуса находит выражение признание Юнгом врожденной андрогинной природы людей. *Анима* представляет внутренний образ женщины в мужчине, его бессознательную женскую сторону, в то время как *анимус* — внутренний образ мужчины в женщине, ее бессознательная мужская сторона. Эти архетипы основаны, по крайней мере частично, на том биологическом факте, что в организме мужчин и женщин вырабатываются и мужские, и женские гормоны. Этот архетип, как считал Юнг, эволюционировал на протяжении многих веков в коллективном бессознательном как результат опыта взаимодействия с противоположным полом. Многие мужчины, по крайней мере до некоторой степени, «феминизировались» в результате многолетней совместной жизни с женщинами, а для женщин является верным обратное. Юнг настаивал на том, что анима и анимус, как и все другие архетипы, должны быть выражены гармонично, не нарушая общего баланса, чтобы не тормозилось развитие личности в направлении самореализации. Иными словами, мужчина должен выражать свои феминные качества наряду с маскулинными, а женщина должна проявлять свои маскулинные качества, так же как и феминные. Если же эти необходимые атрибуты остаются неразвитыми, результатом явится односторонний рост и функционирование личности.

Самость — наиболее важный архетип в теории Юнга. Самость представляет собой сердцевину личности, вокруг которой организованы и объединены все другие элементы. Когда достигнута интеграция всех аспектов души, человек ощущает единство, гармонию и целостность. Таким образом, в понимании Юнга развитие самости — это главная цель человеческой жизни. К процессу самореализации мы вернемся позже, когда будем рассматривать юнговскую концепцию индивидуации.

Основным символом архетипа самости является мандала и ее многочисленные разновидности (абстрактный круг, нимб святого, окно-розетка). По Юнгу, целостность и единство «Я», символически выраженные в завершенности фигур вроде мандалы, можно обнаружить в снах, фантазиях, мифах, в религиозном и мисти-

ческом опыте. Юнг полагал, что религия является великой силой, содействующей стремлению человека к целостности и полноте. В то же время, гармонизация всех частей души — сложный процесс. Истинной уравновешенности личностных структур, как считал он, достичь невозможно, по меньшей мере, к этому можно прийти не ранее среднего возраста. Более того, архетип самости не реализуется до тех пор, пока не наступит интеграция и гармония всех аспектов души, сознательных и бессознательных. Поэтому достижение зрелого «Я» требует постоянства, настойчивости, интеллекта и большого жизненного опыта.

Эго-направленность

Наиболее известным вкладом Юнга в психологию считаются описанные им две основные направленности, или жизненные установки: *экстраверсия* и *интроверсия* [Jung, 1921/1971]. Согласно теории Юнга, обе ориентации сосуществуют в человеке одновременно, но одна из них обычно становится доминантной. В экстравертной установке проявляется направленность интереса к внешнему миру — другим людям и предметам. Экстраверт подвижен, разговорчив, быстро устанавливает отношения и привязанности, внешние факторы являются для него движущей силой. Интроверт, напротив, погружен во внутренний мир своих мыслей, чувств и опыта. Он созерцателен, сдержан, стремится к уединению, склонен удаляться от объектов, его интерес сосредоточен на себе самом. Согласно Юнгу, в изолированном виде экстравертной и интровертной установки не существует. Обычно они присутствуют обе и находятся в оппозиции друг к другу: если одна проявляется как ведущая и рациональная, другая выступает в качестве вспомогательной и иррациональной. Результатом комбинации ведущей и вспомогательной эго-ориентаций являются личности, чьи модели поведения определенны и предсказуемы.

Психологические функции

Вскоре после того, как Юнг сформулировал концепцию экстраверсии и интроверсии, он пришел к выводу, что с помощью этой пары противоположных ориентаций невозможно достаточно полно объяснить все различия в отношении людей к миру. Поэтому он расширил свою типологию, включив в нее *психологические функции*. Четыре основные функции, выделенные им [Jung, 1921/1971], — это мышление, ощущение, чувство и интуиция.

Мышление и чувство Юнг отнес к разряду *рациональных функций*, поскольку они позволяют образовывать суждения о жизненном опыте. Мыслящий тип судит о ценности тех или иных вещей, используя логику и аргументы. Противоположная мышлению функция — чувство — информирует нас о реальности на языке положительных или отрицательных эмоций. Чувствующий тип фокусирует свое внимание на эмоциональной стороне жизненного опыта и судит о ценности вещей в категориях «плохой или хороший», «приятный или неприятный», «побуждает к чему-то или вызывает скуку». По Юнгу, когда мышление выступает в роли ведущей функции, личность ориентирована на построение рациональных суждений,

цель которых — определить, является оцениваемый опыт истинным или ложным. А когда ведущей функцией является чувство, личность ориентирована на вынесение суждений о том, является ли этот опыт прежде всего приятным или неприятным.

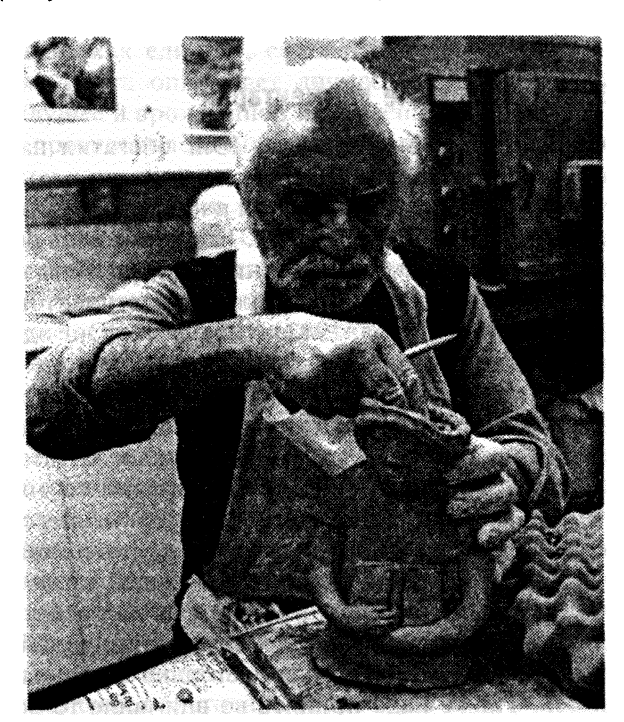
Вторую пару противоположных функций — ощущение и интуиция — Юнг назвал *иррациональными*, потому что они просто пассивно «схватывают», регистрируют события во внешнем (ощущение) или во внутреннем (интуиция) мире, не оценивая их и не объясняя их значение. *Ощущение* представляет собой непосредственное, безоценочное реалистическое восприятие внешнего мира. Ощущающий тип особенно проницателен в отношении вкуса, запаха и прочих ощущений от стимулов из окружающего мира. Напротив, *интуиция* характеризуется сублиминальным и неосознанным восприятием текущего опыта. Интуитивный тип полагается на предчувствия и догадки, схватывая суть жизненных событий. Юнг утверждал, что, когда ведущей функцией является ощущение, человек постигает реальность на языке явлений, как если бы он фотографировал ее. С другой стороны, когда ведущей функцией является интуиция, человек реагирует на неосознанные образы, символы и скрытое значение переживаемого.

Каждый человек наделен всеми четырьмя психологическими функциями. Однако как только одна личностная ориентация (экстраверсия или интроверсия) обычно является доминирующей, осознаваемой, точно также только одна функция из рациональной или иррациональной пары обычно преобладает и осознается. Другие функции погружены в бессознательное и играют вспомогательную роль в регуляции поведения человека. Любая функция может быть ведущей. Соответственно, наблюдаются мыслящий, чувствующий, ощущающий и интуитивный типы индивидуумов. Согласно теории Юнга, интегрированная, или «индивидуированная» личность для совладания с жизненными обстоятельствами использует все противоположные функции.

Две эго-ориентации и четыре психологических функции, взаимодействуя, образуют восемь различных типов личности. Например, *экстравертный мыслительный тип* фокусируется на объективных имеющих практическое значение фактах окружающего мира. Он обычно производит впечатление холодного и догматического человека, живущего в соответствии с установленными правилами. Вполне возможно, что прототипом экстравертного мыслительного типа был Фрейд [Hogan, 1976]. *Интровертный интуитивный тип*, наоборот, сосредоточен на реальности собственного внутреннего мира. Этот тип обычно эксцентричен, держится в стороне от окружающих и индифферентен к ним. В данном случае Юнг, вероятно, в качестве прототипа имел в виду себя [Hogan, 1976].

Развитие личности

В отличие от Фрейда, придававшего особое значение ранним годам жизни как решающему этапу в формировании моделей поведения личности, Юнг рассматривал развитие личности как динамический процесс, как эволюцию на протяжении всей жизни. Он почти ничего не говорил о социализации в детстве и не разделял взглядов Фрейда относительно того, что определяющими для поведения человека являются только события прошлого (особенно психосексуальные конфликты).



С позиции теории Юнга, самореализация посредством непрекращающейся творческой деятельности способствует большей продолжительности жизни.
(David Grossman/Photo Rescarchers)

С точки зрения Юнга, человек постоянно приобретает новые умения, достигает новых целей и реализует себя все более полно. Он придавал большое значение такой жизненной цели индивида, как *«обретение самости»*, являющейся результатом стремления различных компонентов личности к единству. Эта тема стремления к интеграции, гармонии и целостности в дальнейшем повторилась в экзистенциальной и гуманистической теориях личности.

Согласно Юнгу, конечная жизненная цель — это полная реализация «Я», то есть становление единого, неповторимого и целостного индивида. Развитие каждого человека в этом направлении уникально, оно продолжается на протяжении всей жизни и включает в себя процесс, получивший название *индивидуация*. Говоря упрощенно, индивидуация — это динамичный и эволюционирующий процесс интеграции многих противодействующих внутриличностных сил и тенденций. В своем конечном выражении индивидуация предполагает сознательную реализацию человеком своей уникальной психической реальности, полное развитие и выражение всех элементов личности. Таким образом, архетип самости становится центром личности и уравновешивает многие противоположные качества, входящие в состав личности как единого главного целого. Благодаря этому высвобождается энергия, необходимая для продолжающегося личностного роста. Итог осуществления индивидуации, очень непросто достигаемый, Юнг называл *самореализацией*. Он считал, что эта конечная стадия развития личности доступна только способным и высокообразованным людям, имеющим к тому же достаточный для этого досуг. Из-за этих ограничений самореализация недоступна подавляющему большинству людей.

Заключительные комментарии

Отойдя от теории Фрейда, Юнг обогатил наши представления о содержании и структуре личности. Хотя его концепции о коллективном бессознательном и архетипах трудны для понимания и не поддаются эмпирической проверке, они продолжают пленять очень многих. Его понимание бессознательного как богатого и жизненно необходимого источника мудрости вызвало новую волну интереса к его теории у современного поколения студентов и профессиональных психологов [Dry, 1981; Stevens, 1983]. К тому же Юнг одним из первых признал позитивный вклад религиозного, духовного и даже мистического опыта в развитие личности. В этом состоит его особая роль как предшественника гуманистического направления в персонологии. Поспешим добавить, что в последние годы среди интеллектуальной общественности Соединенных Штатов наблюдается рост популярности аналитической психологии и согласие со многими ее положениями [Mattoon, 1981]. Теологи, философы, историки и представители многих других дисциплин считают творческие находки Юнга чрезвычайно полезными в своей работе.

Тем не менее, теория Юнга большей частью не поднимается выше уровня предположений. Его основные гипотезы не предоставляют достаточных возможностей для серьезной проверки. Отчасти, причиной служит тот факт, что многие его концепции не определены настолько четко, чтобы можно было оценить их валидность. Также надо принять во внимание то обстоятельство, что сам Юнг скептически оценивал роль научного метода в валидизации своих идей [Hillman, 1979]. За исключением использования метода словесных ассоциаций при изучении комплексов [Jung, 1909/1973], Юнг искал подтверждения своей теории в мифах, легендах, фольклоре, а также в сновидениях и фантазиях своих пациентов.

Редкие исследования, посвященные проверке юнговской теории, касаются почти исключительно его классификации психологических типов. В этих исследованиях широко используется опросник самооценки «Индикатор типа Майерс-Бриггс» [Myers, McCaulley, 1985], предназначенный для измерения индивидуальных различий на основе типологии Юнга. Экспериментальные работы, в которых используется этот тест, подтверждают некоторые предсказания Юнга о различиях в индивидуальных воспоминаниях и содержании сновидений у представителей разных типов личности [Cann, Donderi, 1986; Carlson, 1980; Fling et al., 1981]. Однако значение полученных результатов данных снижается тем фактом, что в опроснике используются не 8 юнговских основных типов, но 16 различных типов личности, причем некоторые из них не являются независимыми. Как и в случае многих других теорий, приведенных в этой книге, теория Юнга нуждается в гораздо большем количестве эмпирических исследований, чтобы ее влияние в области теории личности не ослабевало.

РЕЗЮМЕ

Альфред Адлер и Карл Густав Юнг, два представителя раннего психоаналитического движения, принципиально разошлись с Фрейдом по ключевым вопросам и пересмотрели его теорию в совершенно разных направлениях. Индивидуальная

психология Адлера описывает человека как единого, самосогласующегося и целостного. Аналитическая психология Юнга описывает личность как результат взаимодействия устремленности в будущее и врожденной предрасположенности, а также придает значение интеграции противоположных психических сил для поддержания психического здоровья.

Адлер предложил экономичную и прагматичную теорию, целью которой было оказание помощи людям в понимании себя и других. Основные принципы его системы следующие: индивидуум как самосогласующаяся целостность, человеческая жизнь как динамическое стремление к превосходству, индивидуум как творческая и самоопределяющаяся сущность, а также социальная принадлежность индивидуума.

Согласно Адлеру, люди стараются компенсировать чувство собственной неполноценности, которое они испытывали в детстве. Переживая неполноценность, они в течение всей жизни борются за превосходство. Каждый человек вырабатывает свой уникальный стиль жизни, в рамках которого он стремится к достижению фиктивных целей, ориентированных на превосходство или совершенство. Согласно Адлеру, стиль жизни личности наиболее отчетливо проявляется в ее установках и поведении, направленном на решение трех основных жизненных задач: работа, дружба и любовь. Опираясь на оценку степени выраженности социального интереса и степени активности по отношению к этим трем задачам, Адлер различал четыре основных типа установок, сопутствующих стилю жизни: управляющий, получающий, избегающий и социально-полезный тип.

Адлер полагал, что стиль жизни создается благодаря творческой силе индивидуума; определенное влияние на его формирование оказывает также порядковая позиция в семье. Адлер различал четыре порядковые позиции: первенец, единственный ребенок, средний ребенок и последний ребенок в семье. Последним конструктом, на котором делается упор в индивидуальной психологии, является социальный интерес — внутренняя тенденция человека к участию в создании идеального общества. С точки зрения Адлера, степень выраженности социального интереса является показателем психологического здоровья.

Судя по исходным положениям, которых придерживается Адлер, этот ученый, отнюдь не будучи «неофрейдистом», как он сам считал, может быть гораздо лучше понят как предвестник современной гуманистической и феноменологической психологии. Его индивидуальная психология отражает:

- сильную приверженность положениям свободы, холизма, неизменности, субъективности, проактивности, гетеростаза и непознаваемости;
- умеренную приверженность положению рациональности;
- промежуточную позицию по положению конституционализм—инвайронментализм.

В то время как теоретические положения Адлера общепризнанно имеют высокую практическую ценность, эмпирическая их проверка явно недостаточна. Причина трудностей эмпирической валидизации конструктов индивидуальной психологии заключается в том, что они слишком глобальны, а вся теоретическая система недостаточно полно систематизирована. Тем не менее, в этой главе мы поместили обзор эмпирических исследований по вопросу порядковой позиции ребенка в семье. Результаты показывают, что первенцы находятся впереди в интеллектуальных достижениях, а последние дети в семье чаще встречаются среди страдающих

алкоголизмом. В этой главе обсуждались также психометрические свойства и согласуемость с другими методиками таких опросников самооценки, как «Шкала социального интереса» и «Индекс социального интереса» — двух тестов, используемых для проверки адлеровской концепции социального интереса.

Применение положений Адлера в психотерапии способствовало пониманию природы неврозов и путей их лечения. Его представления о природе, причинах и выходе из невроза описаны в этой главе на примере молодой женщины, испытывающей проблемы в процессе адаптации к студенческой жизни в колледже. В адлеровском терапевтическом подходе подчеркивается важность понимания стиля жизни пациента, осознания им своих проблем и усиления его социального интереса.

Другим замечательным примером пересмотра психодинамической теории Фрейда является аналитическая психология Юнга. Главное расхождение между обоими учеными касается природы либидо. Фрейд видел в последнем, главным образом, сексуальную энергию, в то время как Юнг рассматривал либидо как творческую жизненную энергию, которая может способствовать постоянному личностному росту индивидуума.

Юнг усматривал в личности три взаимодействующие структуры: эго, личное бессознательное и коллективное бессознательное. В эго представлено все, что человек осознает. Личное бессознательное — это хранилище подавленного, вытесненного из сознания материала, а также скоплений связанных между собой мыслей и чувств, называемых комплексами. Коллективное бессознательное состоит из архаичных, изначальных элементов, называемых архетипами. В архетипах заключен опыт всего человечества, начиная от наших древнейших предков, предрасполагающий к реагированию определенным образом на наш текущий опыт. Наиболее значительными архетипами в юнговской теории являются персона, тень, анима, анимус и самость. Символом архетипа самости является мандала.

Юнг ввел понятие двух типов личностной ориентации, или жизненных установок: экстраверсия и интроверсия. Экстраверты обычно подвижны, быстро образуют связи и привязанности; движущей силой для них выступают внешние факторы. Интроверты, как правило, созерцательны, стремятся к уединению, их интерес сосредоточен на самих себе. Юнг выделил также четыре психологических функции: мышление, чувство, ощущение и интуиция. Мышление и чувство являются рациональными функциями, ощущение и интуиция — иррациональными. Результатом комбинации двух видов личностных ориентаций и четырех психологических функций являются восемь различных типов личности (например, экстравертный мыслительный тип).

Рассматривая вопрос о развитии личности, Юнг особо выделяет движение в направлении самореализации посредством уравновешивания и интегрирования различных элементов личности. Для описания происходящего на протяжении всей жизни процесса объединения всех аспектов личности вокруг самости он использовал термин «индивидуация». Процесс индивидуации позволяет самости стать центром личности, а это, в свою очередь, помогает индивидууму достичь самореализации. По мнению Юнга, очень немногие достигают этого высочайшего уровня развития личности.

Аналитическая психология в последние годы оказывает огромное влияние на интеллектуальную общественность. Однако большинство основных концепций Юнга не подвергались эмпирической проверке. Небольшое исследование с исполь-

зованием опросника «Индикатор типа Майерс-Бриггс» было посвящено валидизации предсказания Юнга относительно связей между психологическими типами, содержанием воспоминаний и сновидений. Конечно, для того, чтобы влияние теории Юнга в психологии не ослабевало, нужно провести гораздо больше исследований.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Сравните основные исходные положения Адлера и Фрейда в отношении природы человека. Можете ли вы, основываясь на результатах сравнения, объяснить, почему авторы этой книги не считают Адлера истинным неофрейдистом? Согласны ли вы с их мнением?
2. Согласны ли вы с утверждением Адлера о том, что чувство неполноценности в детском возрасте играет важную роль в дальнейшей жизни людей? Можете ли вы для примера назвать какие-либо ваши устремления или достижения в настоящее время, которые, возможно, восходят к ранним переживаниям собственной неполноценности?
3. Каково ваше мнение об адлеровской концепции стремления к превосходству? Как вы в своей жизни стремитесь к этому? Можете ли вы сказать, чем отличаются ваши собственные цели и направленность от таковых у ваших друзей?
4. Согласны ли вы с Адлером в том, что социальный интерес является показателем психического здоровья? Если да, то почему? Если нет, то почему?
5. Теперь, когда вы изучили теорию Адлера, обратитесь к своей порядковой позиции в семье. Можете ли вы сказать, как эта позиция (первенец, второй ребенок, самый младший ребенок в семье или единственный ребенок) повлияла на ваше личностное развитие?
6. Опишите подход Адлера к объяснению невротического стиля жизни. В чем отличны позиции Адлера и Фрейда относительно лечения пациентов, страдающих неврозами? Есть ли различия в целях терапии у Адлера и Фрейда?
7. В чем различие между личным и коллективным бессознательным в теории Юнга? Разделяете ли вы позицию Юнга в отношении существования коллективного бессознательного?
8. Опишите концепцию архетипов Юнга. Какой архетип Юнг связывал с достижением самореализации в зрелости?
9. Каковы четыре психологических функции души, постулированные Юнгом? Какая функция доминирует в вашей сознательной жизни? Какая функция лучше всего характеризует человека, который вам наиболее эмоционально близок?
10. Сравните и противопоставьте позиции Адлера и Юнга по каждой из следующих тем: определяющая цель жизни, причины психопатологических проявлений и природа человеческой мотивации.

ГЛОССАРИЙ

Аналитическая психология (Analityсal psychology). Теория личности Юнга, в которой придается большое значение противоборствующим силам внутри личности и стремлению к обретению самости (индивидуальности) посредством процесса индивидуации.

Анима (Anima). Феминные качества мужчины; архетип в теории Юнга.

Анимус (Animus). Маскулинные качества женщины; архетип в теории Юнга.

Архетип (Archetype). Универсальные образы или символы, содержащиеся в коллективном бессознательном; предрасполагают индивидуума испытывать определенные чувства или мыслить определенным образом относительно данного объекта или ситуации (примеры: герой, мудрец).

Гиперкомпенсация (Overcompensation). Форма компенсации, с помощью которой достигается нечто большее, чем просто избавление от чувства недостаточности: гиперкомпенсация ведет к превосходству или выдающемуся достижению. При гиперкомпенсации человек действует так, будто он чувствует свое превосходство над другими (что указывает на наличие комплекса превосходства).

Душа (Psyche). Термин в теории Юнга, обозначающий структуру личности (включая эго, личное бессознательное и коллективное бессознательное).

Индивидуальная психология (Individual psychology). Теория личности Адлера, в которой подчеркивается уникальность каждого индивидуума и тех процессов, с помощью которых люди преодолевают свои недостатки и стремятся к достижению жизненных целей.

Индивидуация (Individuation). Термин, использованный Юнгом для обозначения процессов интеграции противоположно направленных элементов личности на пути к преобразованию ее в единое целое.

Интроверсия (Introversion). Базисная эго-ориентация, предложенная Юнгом для объяснения стиля связи человека с миром. Интроверсия характеризуется созерцательным подходом к жизни и отстраненностью от людей.

Коллективное бессознательное (Collective unconscious). Самый глубокий уровень личности, содержащий воспоминания и образы, передаваемые по наследству от наших человеческих и человекообразных предков.

Компенсация (Compensation). Попытки человека замещать чувство неадекватности чувством адекватности посредством развития физических или интеллектуальных умений и навыков.

Комплекс неполноценности (Inferiority complex). Глубокое всепроникающее чувство собственной неполноценности по сравнению с другими людьми. Часто сопровождается дефектными, ошибочными установками и поведением.

Комплекс превосходства (Superiority complex). В теории Адлера — тенденция преувеличивать собственную значимость, чтобы преодолевать постоянное ощущение неполноценности.

Личное бессознательное (Personal unconscious). Элемент структуры личности в теории Юнга. Личное бессознательное состоит из подавленных воспоминаний и забытых переживаний или материала, который не оказался в свое время достаточно ярким, чтобы быть пережитым в сознании.

Мандала (Mandala). Символическое выражение целостности «Я», самости в теории Юнга; также имеет название «магические круги».

Неполноценность органа (Organ inferiority). Врожденная слабость или недостаточность органа (например, дефект зрения), являющаяся причиной появления чувства неполноценности у индивидуума. Согласно Адлеру, неполноценность органа часто приводит индивидуума к значительным победам в жизни.

Персона (Persona). Архетип в теории Юнга, означающий роли, которые люди выполняют в соответствии с социальными требованиями со стороны окружающих; «публичное лицо» человека, которое видят окружающие.

Порядок рождения (Birth order). Порядковая позиция индивидуума в семье (например, первый ребенок), играющая важную роль в формировании его стиля жизни.

Психологические функции (Psychological functions). Четыре функции, входящие в структуру личности, которые использовал Юнг для объяснения различий во взаимодействии людей с миром. Мышление и чувство объединены как рациональные функции, поскольку они позволяют формировать суждения о жизненном опыте. Ощущение и интуиция объединены как иррациональные функции, так как осуществляют пассивное «схватывание» жизненного опыта.

Самость (Self). Архетип в теории Юнга, который становится центром структуры личности, когда все противоборствующие силы внутри личности интегрируются в процессе индивидуации.

Социальный интерес (Social interes). Чувство эмпатии по отношению к человечеству, проявляющееся в виде сотрудничества и взаимодействия с другими, скорее во имя общественного блага, чем ради личных целей. Согласно Адлеру, социальный интерес является полезным психологическим критерием психического здоровья.

Стиль жизни (Style of life). Уникальная конфигурация личностных черт, мотивов, когнитивных стилей и способов совладания с реальностью, характерная для поведения индивидуума и обеспечивающая постоянство этого поведения.

Стремление к превосходству (Striving for superiority). Стремление к преодолению собственных недостатков и наиболее полному раскрытию своего потенциала. Адлер рассматривал его как мощную движущую силу, лежащую в основе поведения человека.

Тень (Shadow). Архетип в теории Юнга, представляющий собой подавленную темную, животную сторону личности человека.

Творческое «Я» (Creative self). Концепция, использованная Адлером для выражения его убежденности в том, что у каждого человека есть возможность активно формировать свою личность.

Фикционный финализм (Fictional finalism). Термин, предложенный Адлером и обозначающий, что поведение человека направляется воображаемыми, или фиктивными, целями, которые невозможно ни проверить, ни подтвердить практикой.

Чувство неполноценности (Inferiority feelings). Ощущение собственной неполноценности, неуместности и неспособности, которое возникает в детстве и в дальнейшем служит основой для борьбы за превосходство.

Эго (Ego). Термин, используемый Юнгом для обозначения всего, что мы осознаем.

Экстраверсия (Extraversion). Базисная эго-ориентация, предложенная Юнгом для объяснения стиля связей человека с внешним миром. Экстраверсия характеризуется вовлеченностью и интересом к миру людей и вещей – внешнему, по отношению к «Я».

БИБЛИОГРАФИЯ

Adler A. (1917a). The neurotic constitution. New York: Moffat.

Adler A. (1917b). Study of organ inferiority and its psychical compensation: A contribution to clinical medicine. S. E. Jellife, Trans. New York: Nervous and Mental Disease Publication. (Original work published 1907.)

Adler A. (1927a). The practice and theory of individual psychology. New York: Harcourt, Brace.

Adler A. (1927b). Understanding human nature. Garden City, NY: Garden City Publishing.

Adler A. (1929). The science of living. New York: Greenberg.

Adler A. (1930). The pattern of life. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Adler A. (1931). What life should mean to you. Boston: Little, Brown.

Adler A. (1939). Social interest: A challenge to mankind. New York: Putnam.

Adler A. (1944). Physical manifestations of psychic disturbances. Individual Psychology Bulletin, 4, 3–8.

Adler A. (1956). The individual psychology of Alfred Adler: A systematic presentation of selections from his writings. H. L. & R. R. Ansbacher (Eds.). New York: Basic Books.

Adler A. (1964). Superiority and social interest: A collection of later writings. H. L. & R. R. Ansbacher (Eds.). Evanston, IL: Northwestern University Press.

Alexander I. E. (1982). The Freud-Jung relationship – The other side of Oedipus and countertransference: Some implications for psychoanalytic theory and psychotherapy. American Psychologist, 37, 1009–1018.

Ansbacher H. L. (1971). Alfred Adler and humanistic psychology. Journal of Humanistic Psychology, 11, 23–63.

Ansbacher H. L. (1977). Individual psychology. In R. J. Corsini (Ed.). Current personality theories (pp. 45–82). Itasca, IL: Peacock.

Barry H. III, Blane H. T. (1977). Birth order of alcoholics. Journal of Individual Psychology, 62, 62–79.
Belmont L., Marolla F. A. (1973). Birth order, family size, and intelligence. Science, 182, 1096–1101.
Breland H. M. (1974). Birth order, family configuration, and verbal achievement. Child Development, 45, 1011–1019.
Campbell J. (1971). Hero with a thousand faces. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
Cann D. R., Donderi D. C. (1986). Jungian personality typology and the recall of everyday and archetypal dreams. Journal of Personality and Social Psychology, 50, 1021–1030.
Carlson R. (1980). Studies of Jungian typology: II. Representations of the personal world. Journal of Personality and Social Psychology, 38, 801–810.
Crandall J. E. (1975). A scale of social interest. Journal of Individual Psychology, 31, 187–195.
Crandall J. E. (1980). Adler's concept of social interest: Theory, measurement, and implications for adjustment. Journal of Personality and Social Psychology, 39, 481–495.
Crandall J. E. (1981). Theory and measurement of social interest: Empirical tests of Alfred Adler's concept. New York: Columbia University Press.
Crandall J. E. (1984). Social interest as a moderator of life stress. Journal of Personality and Social Psychology, 47, 164–174.
Dreikurs R. (1950). Fundamentals of Adlerian psychology. New York: Greenberg.
Dreikurs R. (1973). Psychodynamics, psychotherapy, and counseling. Chicago: Alfred Adler Institute.
Dry A. M. (1981). The psychology of Jung. New York: Wiley.
Ellenberger H. (1970). Alfred Adler and individual psychology. In The discovery of the unconscious: The history and evolution of dynamic psychiatry. New York: Basic Books.
Ernst C., Angst J. (1983). Birth order: Its influence on personality. Berlin: Springer-Verlag.
Falbo T. (1978). Only children and interpersonal behavior: An experimental and survey study. Journal of Applied Social Psychology, 8, 244–253.
Falbo T. A., Polit D. F. (1986). Quantitative review of the only child literature: Research evidence and theory development. Psychological Bulletin, 100, 176–189.
Fling S., Thomas H., Gallaher M. (1981). Participant characteristics and the effects of two types of meditation vs. quiet sitting. Journal of Clinical Psychology, 37, 784–790.
Gay P. (1989). The Freud reader. New York: Norton.
Greever K., Tseng M., Friedland B. (1973). Development of the social interest index. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 41, 454–458.
Hillman J. (1979). The dream and the underworld. New York: Harper and Row.
Hogan R. (1976). Personality theory: The personological tradition. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Jones E. (1957). The life and work of Sigmund Freud. New York: Basic Books.
Jung C. G. (1906/1960). The psychology of dementia praecox. In The collected works of C. G. Jung (Vol. 3). Princeton, NJ: Princeton University Press.
Jung C. G. (1909/1973). The psychological diagnosis of evidence. In The collected works of C. G. Jung (Vol. 2). Princeton, NJ: Princeton University Press.
Jung C. G. (1913/1973). On the doctrine of complexes. In The collected works of C. G. Jung (Vol. 2). Princeton, NJ: Princeton University Press.
Jung C. G. (1921/1971). Psychological types. In The collected works of C. G. Jung (Vol. 6). Princeton, NJ: Princeton University Press.
Jung C. G. (1931/1969). The structure of the psyche. In The collected works of C. G. Jung (Vol. 8). Princeton, NJ: Princeton University Press.
Jung C. G. (1936/1969). The archetypes and the collective unconscious. In The collected works of C. G. Jung (Vol. 9). Princeton, NJ: Princeton University Press.
Jung C. G. (1961). Memories, dreams and reflections. New York: Random House.
Jung C. G. (1968). Analytical psychology: Its theory and practice (The Tavistock Lectures). New York: Pantheon.
Leak G. K., Millard R. J., Perry N. W., Williams D. E. (1985). An investigation of the nomological network of social interest. Journal of Research in Personality, 19, 197–207.
Manaster G. J., Corsini R. J. (1982). Individual psychology. Itasca, IL: Peacock.

Mattoon M. A. (1981). Jungian psychology in perspective. New York: Free Press.
Melillo D. (1983). Birth order, perceived birth order, and family position of academic women. Individual Psychology, 39, 57–62.
Mozdzierz G. J., Greenblatt R. L., Murphy T. J. (1986). Social interest: The validity of two scales. Individual Psychology, 42, 35–43.
Myers M. B., McCaulley M. H. (1985). Manual: A guide to the development and use of the Myers-Briggs Type Indicator. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
Orgler H. (1972). Alfred Adler: The man and his work. New York: New American Library.
Rattner J. (1983). Alfred Adler. New York: Ungar.
Stern P. J. (1976). C. G. Jung: The haunted prophet. New York: Dell.
Stevens A. (1983). Archetypes. New York: Quill.
Vaihinger H. (1911). The philosophy of «as if.» New York: Harcourt, Brace.
Wagner M. E., Schubert H. J. (1977). Sibship variables and United States presidents. Journal of Individual Psychology, 62, 78–85.
Zarski J. J., Bubenzer D. L., West J. D. (1986). Social interest, stress, and the prediction of health status. Journal of Counseling and Development, 64, 386–389.
Zajonc R. B. (1986). Mining new gold from old research. Psychology Today, February, 46–51.
Zajonc R. B., Markus G. B. (1975). Birth order and intellectual development. Psychological Review, 82, 74–88.
Zweigenhaft R. L. (1975). Birth order, approval seeking, and membership in Congress. Journal of Individual Psychology, 31, 205–210.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Ansbacher H. L. (1984). Alfred Adler revisited. New York: Praeger.
Brome V. (1978). Jung: Man and myth. New York: Atheneum.
Hannah B. (1976). Jung: His life and work. New York: Putnam.
McGuire W. (Ed.) (1974). The Freud/Jung letters. Princeton, NJ: Princeton University Press.
Mosak H. (Ed.) (1973). Alfred Adler: His influence on psychology today. Park Ridge, NH: Noyes.
Stepansky P. E. (1983). In Freud's Shadow: Adler in context. Hillsdale, NJ: Analytic Press.

Глава 5

ЭГО-ПСИХОЛОГИЯ И СВЯЗАННЫЕ С НЕЙ НАПРАВЛЕНИЯ В ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ: ЭРИК ЭРИКСОН, ЭРИХ ФРОММ И КАРЕН ХОРНИ

Многие исследователи после Фрейда пытались пересмотреть психоанализ, чтобы показать значение эго-процессов и проследить их развитие. Наиболее выдающимся из так называемых *эго-психологов* был Эрик Эриксон. Как и для других постфрейдистов, для Эриксона наибольшее значение имело эго и его адаптивные способности в связи с проблемой развития индивидуума. Однако из этого не следует, что в своей теории он пренебрег биологическими или социальными факторами. По сути дела, Эриксон настаивал на том, что любой психологический феномен может быть понят в контексте согласованного взаимодействия биологических, поведенческих, эмпирических и социальных факторов. К другим особенностям теоретической ориентации Эриксона относятся следующие: 1) акцент на изменениях, происходящих в процессе развития на протяжении всей жизни человека; 2) упор на «нормальном», или «здоровом», а не на патологическом; 3) особое значение, придаваемое им достижению чувства идентичности; 4) попытки сочетать клинические наблюдения с изучением культурных и исторических факторов в объяснении структуры личности. Описанные Эриксоном «восемь возрастных периодов человека» представляют его наиболее оригинальный и важный вклад в теорию личности. Его попытка показать влияние культуры на развитие личности явилась стимулом для всех, кто изучает поведение человека, разрабатывать новые подходы

в изучении главных психологических проблем, с которыми сталкивается сегодня человечество. Мы рассмотрим в этой главе основные идеи Эриксона.

Появлению эго-психологии предшествовал ряд родственных теорий, посвященных, главным образом, влиянию различных аспектов социального и культурного окружения на развитие личности. Подобно направлениям, представленным Адлером и Эриксоном, в этих теориях была осуществлена попытка поиска новых путей анализа взаимоотношений между родителями и ребенком, изучения процессов мотивации и личности в целом. Создатели этих теорий отказались от декларированного Фрейдом признания решающего значения инстинктивных сексуальных мотивов в природе человека. Из этой группы ученых-ревизионистов мы выбрали представителей, наиболее энергично подвергавших сомнению и даже полностью отказавшихся от принципов классического психоанализа: это Эрих Фромм и Карен Хорни. Теоретические взгляды этих двух достойных внимания персонологов мы кратко обсудим в конце главы.

ЭРИК ЭРИКСОН: ЭГО — ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

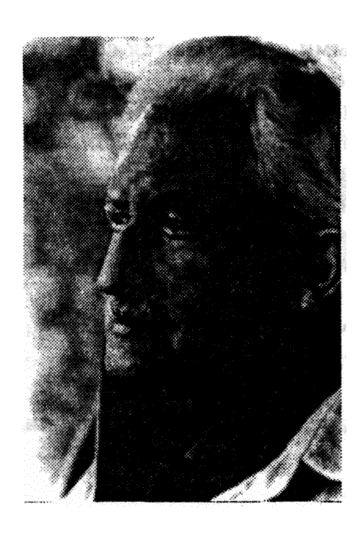
БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Сын отца-датчанина и матери-еврейки, Эрик Эриксон (Erik Erikson) родился в 1902 году в Германии, недалеко от Франкфурта. Его родители развелись еще до его рождения, и мать затем вышла замуж за д-ра Теодора Гомбургера. Маленькому Эрику в течение нескольких лет не говорили о том, что д-р Гомбургер приходился ему отчимом. Позже, подписываясь под своими первыми психоаналитическими статьями, Эриксон использовал фамилию отчима, хотя, когда он натурализовался как американский гражданин в 1939 году, он выбрал отцовскую фамилию.

В отличие от других персонологов, упомянутых в этой книге, Эриксон не получил формального высшего образования после окончания школы. Он учился в «гуманистической гимназии» в Германии и, несмотря на то, что был посредственным студентом, преуспевал в изучении истории и искусства. Вскоре после окончания гимназии, в пику настояниям отчима выбрать профессию врача, Эриксон отправился в путешествие по Центральной Европе. Годом позже он поступил в художественную школу, однако скоро он не смог усидеть на месте и отправился в Мюнхен для обучения в известной Академии художеств. Спустя два года, Эриксон путешествует по Италии, посещает Флоренцию, загорает и бродит по художественным галереям.

В 1927 году «мораторий» на работу закончился, и он был принят по рекомендации школьного товарища Петера Блоса преподавателем в маленькую экспериментальную американскую школу в Вене. Школа была основана Анной Фрейд для детей, чьи родители обучались психоанализу. Некоторые из молодых студентов Эриксона сами подвергались психоанализу, и «герр Эрик», как его нежно называли, присоединился к ним.

Эриксон начал изучать психоанализ на горном курорте вблизи Вены. Там он, будучи младшим преподавателем, впервые познакомился с семейством Фрейда, а потом был принят кандидатом для занятий в Венском психоаналитическом



Эрик Х. Эриксон (1902–1994).

институте. С 1927 по 1933 годы Эриксон продолжал изучать психоанализ под руководством Анны Фрейд. Это было его единственное формальное академическое образование, не считая свидетельства, выданного Ассоциацией учителей им. Марии Монтессори в Вене.

В Вене Эриксон женился на канадке Джоан Серсон, которая тоже посещала экспериментальную школу Анны Фрейд. В 1933 году семья Эриксона (включая двоих сыновей) отправилась в Копенгаген, где Эриксон попытался получить гражданство и помочь созданию в этой стране центра обучения психоанализу. Когда стало ясно, что эта идея неосуществима, семья эмигрировала в Соединенные Штаты и поселилась в Бостоне, где годом раньше было основано психоаналитическое общество. Следующие два года Эриксон практиковал в Бостоне, специализируясь в лечении детей. Он также был штатным сотрудником клиники Генри Мюррея в Гарварде и занимал должность научного сотрудника по психологии в отделении нейропсихиатрии Гарвардской медицинской школы. Эриксона даже зачислили кандидатом на соискание степени доктора по психологии в Гарварде, но он отказался от этой научной программы после неудач на первом курсе.

В 1936 году Эриксона приняли на должность преподавателя в медицинскую школу Йельского университета. В 1938 году он предпринял экспедиционную поездку в резервацию Пайн-Ридж в Южной Дакоте с целью наблюдения за воспитанием детей у индейцев племени сиу. С этого исследования начался интерес Эриксона к изучению влияния культуры на развитие ребенка — тема, которой он уделял много внимания в дальнейшей профессиональной работе.

В 1939 году Эриксон направился в Калифорнию, где подвел итоги своей аналитической работы с детьми и углубился в антропологию и историю. С 1942 года он — профессор психологии в Университете Беркли, Калифорния. С этого времени начался интенсивный период глубоких клинических наблюдений и размышлений; Эриксон становится главной фигурой в области психоанализа. Однако его деятельность в должности профессора в Беркли закончилась, когда он отказался присягнуть на лояльность во время антикоммунистической кампании. Позднее он был восстановлен в должности как политически благонадежный гражданин, но

предпочел отказаться из солидарности с теми, кто обвинялся в этом же «преступлении». Свою первую книгу «Детство и общество» он опубликовал в 1950 году (она была переработана и переиздана в 1963 году).

Благодаря этой работе он скоро получил мировое признание как ведущий представитель эго-психологии.

В 1951 году Эриксон поступил в Центр Остен Риггс в Стокбридже, штат Массачусетс, — частный центр восстановительной терапии для подростков с психическими нарушениями. Эту работу он совмещал с преподаванием в должности профессора в разных университетах США. В течение следующего десятилетия его труды и исследования вылились в теорию психосоциального развития, первоначально сформулированную в книге «Детство и общество».

В 1960 году, после года работы в Центре передовых исследований в области бихевиоральных наук в Пало-Альто, штат Калифорния, Эриксон снова возвратился в Гарвард, где проработал до 1970 года.

После ухода из Гарварда Эриксон продолжал уделять много времени применению своей схемы жизненного цикла человека к изучению известных исторических личностей и американских детей, преимущественно из групп социальных меньшинств. Его великолепное психобиографическое исследование истоков идеи Ганди о непротивлении злу насилием «Истина Ганди» (1969) получило Пулитцеровскую премию и Национальную книжную премию в области философии и религии. Кроме этого, он опубликовал еще три важных книги: «Молодость Лютера: психоаналитическое и историческое исследование» (1958), «Инсайт и ответственность» (1964a); «Идентичность: кризис юности» (1968a), а также второе издание «Юность: изменение и вызов» (1963b). Роберт Коулз, психиатр из Гарварда и студент Эриксона, подтвердил признание достижений своего наставника в области теории и практики психоанализа в монографии «Эрик Эриксон: плоды трудов» [Coles, 1970]. Несмотря на уже немолодой возраст, Эриксон до своей смерти (в 1994 году) продолжал активную деятельность в Центре Эриксона в Кембридже, штат Массачусетс. В число его недавних публикаций вошли: «В поисках общей почвы» (1973); «История жизни и исторический момент» (1975); «Игрушки и рассуждения: стадии ритуализации опыта» (1977); «Идентичность и жизненный цикл» (1979); «Зрелость» (1978); «Целостный жизненный цикл» (1982); «Жизненная вовлеченность в старости» (1986).

ЭГО-ПСИХОЛОГИЯ: РЕЗУЛЬТАТ РАЗВИТИЯ ПСИХОАНАЛИЗА

Теоретические формулировки Эриксона касаются исключительно развития эго. Хотя он неизменно настаивал на том, что его идеи не более, чем дальнейшее систематическое развитие концепции Фрейда о психосексуальном развитии в свете новых открытий в социальных и биологических науках, Эриксон решительно отошел от классического психоанализа по четырем важным пунктам. Во-первых, в его работе отчетливо виден решительный сдвиг акцента от ид к эго, что сам Фрейд лишь частично признавал в последние годы своей деятельности. С позиции Эриксона, скорее именно эго составляет основу поведения и функционирования человека. Он рассматривал эго как автономную структуру личности, основным направлением развития которой является социальная адаптация;

параллельно идет развитие ид и инстинктов. Подобный взгляд на природу человека, названный *эго-психологией*, радикально отличается от раннего психодинамического мышления тем, что эго-психология описывает людей как более рациональных и поэтому принимающих осознанные решения и сознательно решающих жизненные проблемы. В то время как Фрейд считал, что эго борется, пытаясь разрешить конфликт между инстинктивными побуждениями и моральными ограничениями, Эриксон доказывал, что эго — это автономная система, взаимодействующая с реальностью при помощи восприятия, мышления, внимания и памяти. Уделяя особое внимание адаптивным функциям эго, Эриксон считал, что человек, взаимодействуя с окружением в процессе своего развития, становится все более и более компетентным.

Во-вторых, Эриксон развивает новый взгляд относительно индивидуального взаимоотношения с родителями и культурным контекстом, в котором существует семья. Если Фрейда интересовало влияние родителей на становление личности ребенка, то Эриксон подчеркивает исторические условия, в которых формируется эго у ребенка. Он основывается на результатах наблюдений за людьми, принадлежащими к различным культурам, чтобы показать: развитие эго неизбежно и тесно связано с меняющимися особенностями социальных предписаний и системой ценностей.

В-третьих, теория развития эго охватывает все жизненное пространство индивидуума (то есть от младенчества до зрелости и старости). Фрейд, напротив, ограничился влиянием ранних детских переживаний и не уделял внимания вопросам развития за пределами генитальной стадии.

И наконец, в-четвертых, у Фрейда и Эриксона различные взгляды на природу и разрешение психосексуальных конфликтов. Целью Фрейда было раскрытие сущности и особенностей влияния на личность неосознаваемой психической жизни, а также объяснение того, как ранняя травма может привести к психопатологии в зрелости. Эриксон, наоборот, видел свою задачу в том, чтобы привлечь внимание к способности человека преодолевать жизненные трудности психосоциального характера. Его теория ставит во главу угла *качества эго*, то есть его достоинства, раскрывающиеся в различные периоды развития. Возможно, это последнее различие является ключевым для понимания концепции Эриксона об организации и развитии личности. Фрейдовскому фаталистическому предупреждению о том, что люди обречены на социальное угасание, если отдадутся своим инстинктивным стремлениям, противостоит оптимистическое положение о том, что каждый личный и социальный кризис представляет собой своего рода вызов, приводящий индивидуума к личностному росту и преодолению жизненных препятствий. Знание того, как человек справлялся с каждой из значимых жизненных проблем или как неадекватное разрешение ранних проблем лишило его возможности справляться с дальнейшими проблемами, составляет, по мнению Эриксона, единственный ключ к пониманию его жизни.

Пока мы касались только основных теоретических расхождений между Эриксоном и Фрейдом. Однако стоит отметить, что существуют и вопросы, по которым между ними существует согласие. Например, оба теоретика сходятся в том, что стадии развития личности предопределены, и порядок их прохождения является неизменным. Эриксон также признает биологические и сексуальные основы всех более поздних мотивационных и личностных диспозиций, а также принимает

фрейдовскую структурную модель личности (ид, эго, суперэго). Однако, несмотря на наличие сходных положений, многие персонологи считают, что теоретические посылки Эриксона отличаются от таковых в классическом психоанализе.

ЭПИГЕНЕТИЧЕСКИЙ ПРИНЦИП

Центральным для созданной Эриксоном теории развития эго является положение о том, что человек в течение жизни проходит через несколько универсальных для всего человечества стадий. Процесс развертывания этих стадий регулируется в соответствии с *эпигенетическим принципом* созревания. Под этим Эриксон понимает следующее:

1) в принципе, личность развивается ступенчато, переход от одной ступени к другой предрешен готовностью личности двигаться в направлении дальнейшего роста, расширения осознаваемого социального кругозора и радиуса социального взаимодействия;
2) общество, в принципе, устроено так, что развитие социальных возможностей человека принимается одобрительно, общество пытается способствовать сохранению этой тенденции, а также поддерживать как надлежащий темп, так и правильную последовательность развития [Erikson, 1963a, p. 270].

В книге «Детство и общество» (1963a) Эриксон разделил жизнь человека на восемь отдельных стадий психосоциального развития эго (как говорят, на «восемь возрастов человека»). Согласно его утверждению, эти стадии являются результатом эпигенетически развертывающегося «плана личности», который наследуется генетически. Эпигенетическая концепция развития (по-гречески «επι» означает «после», а «γενεσιζ» — «рождение, происхождение») базируется на представлении о том, что каждая стадия жизненного цикла наступает в определенное для нее время («критический период»), а также о том, что полноценно функционирующая личность формируется только путем прохождения в своем развитии последовательно всех стадий. Кроме того, согласно Эриксону, каждая психосоциальная стадия сопровождается *кризисом* — поворотным моментом в жизни индивидуума, который возникает как следствие достижения определенного уровня психологической зрелости и социальных требований, предъявляемых к индивидууму на этой стадии. Иначе говоря, каждая из восьми фаз жизненного цикла человека характеризуется специфичной именно для данной фазы («фазо-специфической») эволюционной задачей — проблемой в социальном развитии, которая в свое время *предъявляется* индивидууму, но не обязательно находит свое разрешение. Характерные для индивидуума модели поведения обусловлены тем, каким образом в конце концов разрешается каждая из этих задач или как преодолевается кризис. Конфликты играют жизненно важную роль в теории Эриксона, потому что рост и расширение сферы межличностных отношений связаны с растущей уязвимостью функций эго на каждой стадии. В то же время он отмечает, что кризис означает «не угрозу катастрофы, а поворотный пункт, и тем самым онтогенетический источник как силы, так и недостаточной адаптации» [Erikson, 1968, p. 286].

Каждый психосоциальный кризис, если рассматривать его с точки зрения оценки, содержит и позитивный, и негативный компоненты. Если конфликт

разрешен удовлетворительно (то есть на предыдущей стадии эго обогатилось новыми положительными качествами), то теперь эго вбирает в себя новый позитивный компонент (например, базальное доверие и автономию), и это гарантирует здоровое развитие личности в дальнейшем. Напротив, если конфликт остается неразрешенным или получает неудовлетворительное разрешение, развивающемуся эго тем самым наносится вред, и в него встраивается негативный компонент (например, базальное недоверие, стыд и сомнения). Хотя на пути развития личности возникают теоретически предсказуемые и вполне определенные конфликты, из этого не следует, что на предшествующих стадиях успехи и неудачи обязательно одни и те же. Качества, которые эго приобретает на каждой стадии, не снижают его восприимчивости к новым внутренним конфликтам или меняющимся условиям [Erikson, 1964a]. Задача состоит в том, чтобы человек адекватно разрешал каждый кризис, и тогда у него будет возможность подойти к следующей стадии развития более адаптивной и зрелой личностью.

Все восемь стадий развития в психологической теории Эриксона представлены в табл. 5–1. В крайнем левом столбце перечислены стадии; во втором столбце указан приблизительный возраст их наступления; в третьем противопоставлены позитивные и негативные компоненты каждой стадии; в крайнем столбце справа перечислены сильные стороны эго или его достоинства, приобретаемые благодаря успешному разрешению каждого кризиса. В соответствии с принципом эпигенезиса, каждая стадия основывается на разрешении и интеграции предшествовавших психосоциальных конфликтов. Эриксон выдвинул предположение, согласно которому все кризисы в той или иной степени имеют место с самого начала постнатального периода жизни человека и для каждого из них есть приоритетное время наступления в генетически обусловленной последовательности развития.

Полагая, что перечисленные восемь стадий представляют собой универсальную особенность человеческого развития, Эриксон указывает при этом на культурные различия в способах разрешения проблем, присущих каждой стадии. Например, ритуал посвящения в юноши существует во всех культурах, но очень

Таблица 5–1. **Восемь стадий психосоциального развития**

Стадия	Возраст	Психосоциальный кризис	Сильная сторона
1. Орально-сенсорная	Рождение—1 год	Базальное доверие — базальное недоверие	Надежда
2. Мышечно-анальная	1–3 года	Автономия — стыд и сомнение	Сила воли
3. Локомоторно-генитальная	3–6 лет	Инициативность — вина	Цель
4. Латентная	6–12 лет	Трудолюбие — неполноценность	Компетентность
5. Подростковая	12–19 лет	Эго-идентичность — ролевое смешение	Верность
6. Ранняя зрелость	20–25 лет	Интимность — изоляция	Любовь
7. Средняя зрелость	26–64 года	Продуктивность — застой	Забота
8. Поздняя зрелость	65 лет—смерть	Эго-интеграция — отчаяние	Мудрость

Источник: Erikson, 1963a, p. 273.

широко варьирует и по форме проведения, и по влиянию на человека. Более того, Эриксон считает, что в каждой культуре наличествует «решающая координация» между развитием индивидуума и его социальным окружением. Речь идет о координации, называемой им «зубчатым колесом жизненных циклов» — законе согласованного развития, согласно которому развивающейся личности общество оказывает помощь и поддерживает ее именно тогда, когда она особенно в этом нуждается. Таким образом, с точки зрения Эриксона, потребности и возможности поколений переплетаются. Эта сложная модель обоюдной зависимости между поколениями отражена в его концепции *взаимозависимости*.

РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ: ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ СТАДИИ

Как отмечалось ранее, Эриксон считает, что развитие личности происходит на протяжении всей жизни человека. Его анализ социализации лучше всего представить с помощью описания отличительных особенностей восьми стадий психосоциального развития.

1. Младенчество: базальное доверие—базальное недоверие

Первая психосоциальная стадия соответствует оральной стадии по Фрейду и охватывает первый год жизни. По Эриксону, в этот период краеугольным камнем формирования здоровой личности является общее чувство *доверия*; другие ученые называют ту же самую характеристику «уверенностью». Младенец, имеющий базальное чувство «внутренней определенности», воспринимает социальный мир как безопасное, стабильное место, а людей как заботливых и надежных. Это чувство определенности лишь частично осознается в период младенчества.

Согласно Эриксону, степень развития у ребенка чувства доверия к другим людям и миру зависит от качества получаемой им материнской заботы.

> Я полагаю, что матери формируют чувство доверия у своих детей благодаря такому обращению, которое по своей сути состоит из чуткой заботы об индивидуальных потребностях ребенка и отчетливого ощущения того, что она сама — тот человек, которому можно доверять, в том понимании слова «доверие», которое существует в данной культуре применительно к данному стилю жизни. Благодаря этому у ребенка закладывается основа для чувства «все хорошо»; для появления чувства тождества; для становления тем, кем он станет, согласно надеждам других [Erikson, 1963a, p. 249].

Таким образом, чувство доверия не зависит от количества пищи или от проявлений родительской нежности; скорее оно связано со способностью матери передать своему ребенку чувство узнаваемости, постоянства и тождества переживаний. Эриксон также подчеркивает: младенцы должны доверять не только внешнему миру, но также и миру внутреннему, они должны научиться доверять себе и в особенности должны приобрести способность к тому, чтобы их органы эффективно справлялись с биологическими побуждениями. Подобное поведение мы наблюдаем тогда, когда младенец может переносить отсутствие матери без чрезмерного страдания и тревоги по поводу «отделения» от нее.

Вопрос о том, что является причиной первого важного психологического кризиса, глубоко проанализирован Эриксоном. Он связывает этот кризис с качеством

материнского ухода за ребенком — причиной кризиса является ненадежность, несостоятельность матери и отвергание ею ребенка. Это способствует появлению у него психосоциальной установки страха, подозрительности и опасений за свое благополучие. Данная установка направлена как на мир в целом, так и на отдельных людей; она будет проявляться во всей своей полноте на более поздних стадиях личностного развития. Эриксон также считает, что чувство *недоверия* может усилиться тогда, когда ребенок перестает быть для матери главным центром внимания; когда она возвращается к тем занятиям, которые оставила на время беременности (скажем, возобновляет прерванную карьеру), или рожает следующего ребенка. Наконец, родители, придерживающиеся противоположных принципов и методов воспитания, или чувствующие себя неуверенно в роли родителей, или те, чья система ценностей находится в противоречии с общепринятым в данной культуре стилем жизни, могут создавать для ребенка атмосферу неопределенности, двусмысленности, в результате чего у него появляется чувство недоверия. Согласно Эриксону, поведенческими последствиями подобного неблагополучного развития являются острая депрессия у младенцев и паранойя у взрослых.

Основная предпосылка психосоциальной теории состоит в том, что кризис «доверие — недоверие» (или любой другой последующий кризис) не всегда находит разрешение в течение первого или второго года жизни. В соответствии с эпигенетическим принципом, дилемма доверие—недоверие будет проявляться снова и снова на каждой последующей стадии развития, хотя она и является центральной для периода младенчества. Адекватное разрешение кризиса доверия имеет важные последствия для развития личности ребенка в дальнейшем. Укрепление доверия к себе и к матери дает возможность ребенку переносить состояния фрустрации, которые он неизбежно будет переживать на протяжении следующих стадий своего развития.

Как отмечает Эриксон, здоровое развитие младенца не является результатом исключительно чувства доверия, но скорее обусловлено благоприятным соотношением доверия и недоверия. Понять, чему *не следует* доверять, так же важно, как и понять, чему доверять *необходимо*. Эта способность предвидеть опасность и дискомфорт также важна для совладания с окружающей реальностью и для эффективного принятия решений; поэтому базальное доверие не стоит трактовать в контексте шкалы достижений. Эриксон заявлял, что животные обладают почти инстинктивной готовностью к приобретению психосоциальных навыков, а у людей психосоциальные способности приобретаются в процессе научения. Кроме того, он утверждал, что в различных культурах и социальных классах матери учат доверию и недоверию по-разному. Но путь приобретения базального доверия по самой сути своей универсален; человек доверяет социуму подобно тому, как он доверяет собственной матери, словно она вот-вот вернется и накормит его в подходящее время подходящей пищей.

Положительное психосоциальное качество, приобретаемое в результате успешного разрешения конфликта «доверие—недоверие», Эриксон обозначает термином *надежда*. Иначе говоря, доверие переходит в способность младенца надеяться, что, в свою очередь, у взрослого может составлять основу веры в соответствии с какой-либо официальной формой религии. Надежда, это первое положительное качество эго, поддерживает убежденность человека в значимости и надежности общего культурного пространства. Эриксон подчеркивает: когда

институт религии утрачивает для индивидуума свое ощутимое значение, он становится неуместным, устаревает и, возможно, на смену ему даже приходят другие, более значимые источники веры и уверенности в будущем (например, достижения науки, искусства и общественной жизни).

2. Раннее детство: автономия—стыд и сомнение

Приобретение чувства базального доверия подготавливает почву для достижения определенной *автономии* и самоконтроля, избегания чувств стыда, сомнения и унижения. Этот период соответствует анальной стадии, по Фрейду, и продолжается в течение второго и третьего годов жизни. Согласно Эриксону, ребенок, взаимодействуя с родителями в процессе обучения туалетному поведению, обнаруживает, что родительский контроль бывает разным: с одной стороны, он может проявляться как форма заботы, с другой — как деструктивная форма обуздания и мера пресечения. Ребенок также научается различать предоставление свободы типа «пусть попробует» и, напротив, попустительство как деструктивную форму избавления от хлопот. Эта стадия становится решающей для установления соотношения между добровольностью и упрямством. Чувство самоконтроля без потери самооценки является онтогенетическим источником уверенности в свободном выборе; чувство чрезмерного постороннего контроля и одновременная потеря самоконтроля может послужить толчком для постоянной склонности к сомнениям и стыду [Erikson, 1968b].

До наступления этой стадии дети почти полностью зависят от заботящихся о них людей. Однако, поскольку у них быстро развивается нервно-мышечная система, речь и социальная избирательность, они начинают исследовать свое окружение и взаимодействовать с ним более независимо. В особенности они гордятся своими только что обнаруженными локомоторными навыками и все хотят делать сами (например, умываться, одеваться и есть). Мы наблюдаем у них огромное желание исследовать предметы и манипулировать ими, а также установку по отношению к родителям: «Я сам» и «Я — то, что я могу».

С точки зрения Эриксона, удовлетворительное разрешение психосоциального кризиса на этой стадии зависит прежде всего от готовности родителей постепенно предоставлять детям свободу самим осуществлять контроль над своими действиями. В то же время он подчеркивает, что родители должны ненавязчиво, но четко ограничивать ребенка в тех сферах жизни, которые потенциально или актуально представляются опасными как для самих детей, так и для окружающих. Автономия не означает, что ребенок получает неограниченную свободу. Скорее она означает, что родители должны удерживать возрастающую способность ребенка делать выбор в пределах определенных «степеней свободы».

Эриксон рассматривает переживание стыда у ребенка как нечто родственное гневу, направленному на самого себя, когда ребенку не разрешается развивать свою автономию и самоконтроль. Стыд может появиться, если родители нетерпеливо, раздраженно и настойчиво делают за детей что-то, что те могут сделать сами; или, наоборот, когда родители ожидают, что дети сделают то, чего они еще сами сделать не в состоянии. Разумеется, каждый родитель хотя бы однажды подталкивал своего ребенка к действиям, которые на самом деле лежат

за пределами разумных ожиданий. Но только в тех случаях, когда родители постоянно чрезмерно опекают ребенка или остаются глухими к его потребностям, у него появляется либо преобладающее чувство стыда перед другими, либо сомнения в своей способности контролировать окружающий мир и владеть собой. Вместо того, чтобы быть уверенными в себе и ладить с окружением, такие дети думают, что другие пристально их рассматривают, относятся с подозрением и неодобрением; или же они считают себя совершенно несчастными. У них слабая «сила воли» — они пасуют перед теми, кто над ними главенствует или их эксплуатирует. В результате формируются такие черты, как неуверенность в себе, приниженность и слабоволие.

По убеждению Эриксона, приобретение ребенком постоянного чувства автономии в значительной степени укрепляет у него чувство доверия. Эта взаимозависимость доверия и автономии может иногда замедлять будущее психическое развитие. Например, дети с неустойчивым чувством доверия могут на стадии автономии стать нерешительными, робкими, могут бояться отстаивать свои права, так что будут искать помощи и поддержки у окружающих. В зрелости у таких людей наиболее вероятно проявится обсессивно-компульсивная симптоматика (что обеспечивает им необходимый контроль) или паранойяльный страх преследования.

Социальное дополнение автономии — система правопорядка. Эриксон использует термины «право» и «порядок», невзирая на возможные эмоциональные коннотации. Согласно его теории, родители должны быть всегда справедливыми и уважать права и привилегии других, если они хотят, чтобы их дети были готовы в зрелом возрасте принять ограниченную автономию.

> Сила воли означает постоянное осуществление свободного выбора, так же как и самоограничения, невзирая на неизбежные переживания стыда, сомнений и раздражения из-за того, что кто-то вас контролирует. Источник доброжелательства коренится в рассудительности родителей, руководствующихся уважением к духу закона [Erikson, 1968b, p. 288].

3. Возраст игры: инициативность—вина

Конфликт между инициативой и виной — последний психосоциальный конфликт в дошкольном периоде, который Эриксон называл «возрастом игры». Он соответствует фаллической стадии в теории Фрейда и длится от четырех лет до поступления ребенка в школу. В это время социальный мир ребенка требует от него активности, решения новых задач и приобретения новых навыков; похвала является наградой за успехи. Кроме того, у детей появляется дополнительная ответственность за себя и за то, что составляет их мир (игрушки, домашние животные и, возможно, братья и сестры). Они начинают интересоваться трудом других, пробовать новое и допускать, что и на других людях в их окружении лежит определенная ответственность. Успехи в освоении речи и развитие моторики дают возможность контактировать со сверстниками и более старшими детьми за пределами дома, что позволяет им участвовать в разнообразных общественных играх. Это возраст, когда дети начинают чувствовать, что их воспринимают как людей и считаются с ними и что жизнь для них имеет цель. «Я — то, что

я буду» — становится у ребенка главным чувством идентичности во время периода игры. Процитируем Эриксона:

> Инициатива добавляет к автономии способность принимать на себя обязательства, планировать, энергично браться за какие-нибудь дела или задачи, чтобы продвигаться вперед; если же раньше появится своеволие, поведение скорее воодушевляется неповиновением или, во всяком случае, протестующей независимостью [Erikson, 1963а, р. 155].

Будет ли у ребенка после прохождения этой стадии чувство *инициативы* благополучно превосходить чувство *вины*, в значительной степени зависит от того, как родители относятся к проявлению у него собственного волеизъявления. Дети, чьи самостоятельные действия поощряются, чувствуют поддержку своей инициативы. Дальнейшему проявлению инициативы способствует и признание родителями права ребенка на любознательность и творчество, когда они не высмеивают и не тормозят фантазию ребенка. Эриксон указывает на то, что дети на данной стадии, начиная идентифицировать себя с людьми, чью работу и характер они в состоянии понимать и высоко ценить, все больше ориентируются на цель. Они энергично обучаются и начинают строить планы.

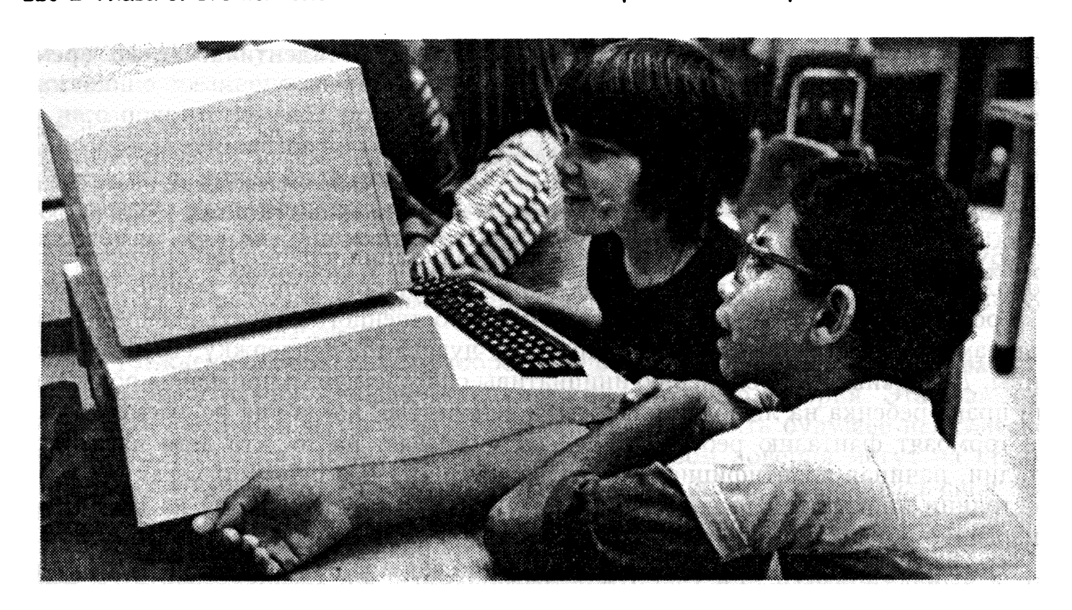
Согласно психосоциальной теории, чувство вины у детей вызывают родители, не позволяющие им действовать самостоятельно. Появлению чувства вины также способствуют родители, чрезмерно наказывающие детей в ответ на их потребность любить и получать любовь от родителей противоположного пола. Эриксон разделяет мнение Фрейда о сексуальной природе кризиса развития (то есть о сексуально-ролевой идентификации и комплексах Эдипа и Электры), но его теория, бесспорно, охватывает более широкую социальную сферу. В любом случае, когда ребенок скован чувством вины, он чувствует покинутость и собственную никчемность. Такие дети боятся постоять за себя, они обычно ведомые в группе сверстников и чрезмерно зависят от взрослых. Им не хватает целеустремленности или решимости, чтобы ставить перед собой реальные цели и добиваться их. Кроме того, как полагает Эриксон, постоянное чувство вины может впоследствии стать причиной патологии, в том числе общей пассивности, импотенции или фригидности, а также психопатического поведения.

Наконец, степень инициативности, приобретаемой ребенком на этой стадии развития, Эриксон увязывает с экономической системой общества. Он утверждает, что потенциальные способности ребенка трудиться продуктивно в будущем, его самодостаточность в контексте данной социально-экономической системы существенно зависят от его способности разрешить кризис вышеописанной фазы.

4. Школьный возраст: трудолюбие—неполноценность

Четвертый психосоциальный период продолжается от шести до 12 лет («школьный возраст») и соответствует латентному периоду в теории Фрейда. Предполагается, что в начале этого периода ребенок осваивает элементарные культурные навыки, обучаясь в школе. Этот период жизни характеризуется возрастающими способностями ребенка к логическому мышлению и самодисциплине, а также способностью взаимодействовать со сверстниками в соответствии с предписанными правилами [Piaget, 1983]. Любовь ребенка к родителю противоположного

8 Зак. 1212



Дети приобретают чувство трудолюбия по мере приобретения навыков, необходимых в обществе.
(Karen R. Preuss/Jeroboam)

пола и соперничество с родителем своего пола обычно в этом возрасте уже сублимировались и выражаются во внутреннем стремлении к приобретению новых навыков и успеху.

Эриксон отмечает, что в примитивных культурах образование детей не слишком усложнено и социально прагматично. Умение обращаться с посудой и хозяйственными принадлежностями, инструментами, оружием и другими вещами в этих культурах напрямую связано с будущей ролью взрослого. Наоборот, в тех культурах, где имеется своя письменность, детей прежде всего учат грамоте, которая в свое время поможет им приобретать сложные умения и навыки, необходимые в различных профессиях и видах деятельности. В результате, хотя в каждой культуре детей обучают по-разному, они становятся повышенно восприимчивыми к *технологическому этосу*[1] своей культуры и своему тождеству с ним.

Согласно Эриксону, у детей развивается чувство трудолюбия, когда они начинают постигать технологию своей культуры, обучаясь в школе. Термин «трудолюбие» отражает в себе основную тему данного периода развития, поскольку дети в это время поглощены тем, что стремятся узнать, что из чего получается и как оно действует. Интерес этот подкрепляется и удовлетворяется окружающими людьми и школой, где им дают первоначальные знания о «технологических элементах» социального мира, обучая их и трудясь вместе с ними. Эго-идентичность ребенка теперь выражается так: «Я — то, чему я научился».

Опасность на этой стадии кроется в возможности появления чувства *неполноценности,* или некомпетентности. Например, если дети сомневаются в своих

[1] *Этос* (от греч. «ητοζ» — «обычай», «нрав», «характер») — совокупность стабильных черт. *(Прим. перев.)*

способностях или статусе в среде сверстников, это может отбить у них охоту учиться дальше (в этом периоде постепенно приобретаются установки по отношению к учителям и учению). Чувство неполноценности может также развиться в том случае, если дети обнаруживают, что их пол, раса, религия или социально-экономическое положение, а вовсе не уровень знаний и мотивация, определяют их личностную значимость и достоинство. В результате они могут утратить уверенность в своей способности эффективно функционировать в существующем мире.

Как упоминалось выше, чувство компетентности и трудолюбие у ребенка сильно зависят от школьной успеваемости (по крайней мере, в тех культурах, где есть письменность). Эриксон усматривает в этом ограниченном определении успеха возможные негативные последствия. А именно, если дети воспринимают школьные достижения или работу как единственный критерий, в соответствии с которым можно судить об их достоинствах, они могут стать простой рабочей силой в установленной обществом ролевой иерархии. (Карл Маркс писал, что такие люди подчиняются «ремесленной тупости».) Следовательно, истинное трудолюбие означает не просто стремление быть хорошим работником. Для Эриксона трудолюбие включает в себя чувство межличностной компетентности — уверенность в том, что в поисках важных индивидуальных и общественных целей индивид может оказывать положительное влияние на общество. Таким образом, психосоциальная сила *компетентности* является основой для эффективного участия в социальной, экономической и политической жизни.

5. Юность: эго-идентичность—ролевое смешение

Юность, на которую приходится пятая стадия в схеме жизненного цикла Эриксона, считается очень важным периодом в психосоциальном развитии человека. Уже не ребенок, но еще и не взрослый (от 12–13 до примерно 19–20 лет в американском обществе), подросток сталкивается с различными социальными требованиями и новыми ролями, что и составляет существо задачи, которая предъявляется человеку в этом возрастном периоде. Теоретический интерес Эриксона к подростковому возрасту и характерным для него проблемам побудил его проанализировать эту фазу более глубоко, чем другие стадии развития эго.

Новый психосоциальный параметр, появляющийся в юности, на положительном полюсе предстает в виде *эго-идентичности*, на отрицательном полюсе — в виде *ролевого смешения*. Задача, с которой встречаются подростки, состоит в том, чтобы собрать воедино все имеющиеся к этому времени знания о самих себе (какие они сыновья или дочери, студенты, спортсмены, музыканты, девушки-скауты, хористы и т. д.) и интегрировать эти многочисленные образы себя в личную идентичность, которая представляет осознание как прошлого, так и будущего, которое логически следует из него. Эриксон [Erikson, 1982] подчеркивает психосоциальную сущность эго-идентичности, обращая пристальное внимание не на конфликты между психологическими структурами, а скорее на конфликт внутри самого эго — то есть на конфликт идентичности и ролевого смешения. Основной упор делается на эго и на то, как на него влияет общество, в особенности

группы сверстников. Следовательно, эго-идентичность можно определить следующим образом.

> Растущая и развивающаяся молодежь, переживающая внутреннюю физиологическую революцию, прежде всего пытается укрепить свои социальные роли. Молодые люди иногда болезненно, часто из любопытства проявляют озабоченность тем, как они выглядят в глазах других по сравнению с тем, что они сами думают о себе; а также тем, как сочетать те роли и навыки, которые они культивировали в себе раньше, с идеальными прототипами сегодняшнего дня... Появляющаяся интеграция в форме эго-идентичности — это больше, чем сумма идентификаций, приобретенных в детстве. Это сумма внутреннего опыта, приобретенного на всех предшествующих стадиях, когда успешная идентификация приводила к успешному уравновешиванию базисных потребностей индивидуума с его возможностями и одаренностью. Таким образом, чувство эго-идентичности представляет собой возросшую уверенность индивида в том, что его способность сохранять внутреннюю тождественность и целостность (психологическое значение эго) согласуется с оценкой его тождественности и целостности, данной другими [Erikson, 1963a, p. 261].

В определении идентичности, данном Эриксоном, можно выделить три элемента. Первое: молодые люди и девушки должны постоянно воспринимать себя «внутренне тождественными самим себе». В этом случае у индивидуума должен сформироваться образ себя, сложившийся в прошлом и смыкающийся с будущим. Второе: значимые другие люди тоже должны видеть «тождественность и целостность» в индивидууме. Это значит, что юным нужна уверенность в том, что выработанная ими раньше внутренняя целостность будет принята другими людьми, значимыми для них. В той степени, в какой они могут не осознавать как свои Я-концепции, так и свои социальные образы, их появляющемуся чувству самотождественности могут противостоять сомнения, робость и апатия. Третье: молодые люди должны достичь «возросшей уверенности» в том, что внутренние и внешние планы этой целостности согласуются между собой. Их восприятие себя должно подтверждаться опытом межличностного общения посредством обратной связи.

В социальном и эмоциональном отношении созревание подростков заключает в себе новые пути оценки мира и своего отношения к нему. Они могут придумывать идеальные семьи, религии, философские системы, общественные устройства, а потом сравнивать и сопоставлять задуманное с весьма несовершенными личностями и организациями, знания о которых они почерпнули из собственного ограниченного опыта. Согласно Эриксону, «ум подростка в поисках вдохновляющего единства идеалов становится умом идеологическим» [Erikson, 1968b, p. 290]. Таким образом, «диффузия идеалов» является следствием того, что индивидуум не может принять ценности и идеологию, носителями которой выступают родители, церковь и другие источники авторитета. Индивидуум, страдающий от расплывчатости своей идентичности, никогда не пересматривает своих прошлых представлений о себе и о мире, так же как и не приходит к решению, которое ведет к более широкому и, возможно, более «подходящему» взгляду на жизнь. Таким образом, кризис идентичности становится психосоциальной проблемой, требующей немедленного разрешения.

Согласно Эриксону, основа для благополучной юности и достижения интегрированной идентичности закладывается в детстве. Однако за пределами того, что подростки выносят из своего детства, развитие личной идентичности происходит

под сильным влиянием тех социальных групп, с которыми они себя идентифицируют. Например, Эриксон обращал внимание на то, как чрезмерная идентификация с популярными героями (кинозвездами, суператлетами, рок-музыкантами) или представителями контркультуры (революционные лидеры, «бритоголовые», делинквентные личности) вырывают «расцветающую идентичность» из ее социального окружения, тем самым подавляя личность и ограничивая растущую идентичность. Кроме того, поиск идентичности может быть более трудным процессом для определенных групп людей. Например, молодой женщине труднее достичь ясного ощущения идентичности в обществе, которое рассматривает женщин как людей «второго сорта». С точки зрения Эриксона, феминистское движение потому получило большую поддержку, что общество до недавнего времени препятствовало усилиям женщин достичь позитивной идентичности (то есть общество неохотно предоставляло женщинам новые социальные роли и новые позиции в сфере занятости). Группы социальных меньшинств тоже постоянно сталкиваются с трудностями в достижении четкого и согласованного чувства идентичности [Erikson, 1964b].

Уязвимость подростков для стрессов, сопровождающих резкие социальные, политические и технологические изменения, Эриксон рассматривает как фактор, который также может серьезно мешать развитию идентичности. Подобные изменения, в совокупности с современным информационным взрывом способствуют возникновению чувства неопределенности, тревоги и разрыва связей с миром. Они представляют угрозу и для многих традиционных и привычных ценностей, которые подростки усвоили еще в детстве. По крайней мере, некоторые проявления этой неудовлетворенности общепринятыми социальными ценностями находят свое выражение в пропасти между поколениями. Лучшей иллюстрацией тому является недобросовестность крупных политических фигур и ответственных лиц в прошлом десятилетии: коррумпированность национальных лидеров превратила правду одного поколения в мифы для следующего. Поэтому Эриксон объясняет социальный протест молодежи ее попыткой построить собственную систему ценностей, чтобы найти те цели и принципы, которые придадут смысл и направленность жизни их поколения.

Неспособность юных достичь личной идентичности приводит к тому, что Эриксон назвал *кризисом идентичности.* Кризис идентичности, или ролевое смешение, чаще всего характеризуется неспособностью выбрать карьеру или продолжить образование. Многие подростки, страдающие от специфичного для этого возраста конфликта, испытывают пронзительное чувство своей бесполезности, душевного разлада и бесцельности. Они ощущают свою неприспособленность, деперсонализацию, отчужденность и иногда кидаются в сторону «негативной» идентичности — противоположной той, что настойчиво предлагают им родители и сверстники. В этом ключе Эриксон интерпретирует некоторые виды делинквентного поведения. Однако неудачи в достижении личной идентичности не обязательно обрекают подростка на нескончаемые поражения в жизни. Возможно, даже в большей степени, чем другие представленные здесь персонологи, Эриксон подчеркивал, что жизнь — это постоянные изменения. Благополучное разрешение проблем на одной жизненной стадии не дает гарантии, что они не появятся вновь на следующих стадиях или что не будет найдено новое решение старых проблем. Эго-идентичность — это борьба «на всю жизнь».

Во многих, а может быть и во всех обществах определенной части подростковой популяции разрешены и законодательно закреплены определенные отсрочки в принятии ими ролей взрослых. Для обозначения этих интервалов между подростковостью и взрослостью Эриксон ввел термин *психосоциальный мораторий*. В США и других технологически развитых странах психосоциальный мораторий институционализирован в форме системы высшего образования, что дает возможность молодым людям попробовать определенное количество различных социальных и профессиональных ролей до того, как они решат, что им нужно на самом деле. Есть и другие примеры: многие молодые люди бродяжничают, обращаются к различным религиозным системам или пробуют альтернативные формы брака и семьи до того, как найдут свое место в обществе.

Положительное качество, связанное с успешным выходом из кризиса периода юности, — это *верность*. Эриксон использует термин верность в значении «способности подростка быть верным своим привязанностям и обещаниям, несмотря на неизбежные противоречия в его системе ценностей» [Erikson, 1968b, p. 290]. Верность — краеугольный камень идентичности, она представляет собой способность юных принимать и придерживаться морали, этики и идеологии общества. Здесь следует внести ясность в значение термина «идеология». Согласно Эриксону, *идеология* — это неосознанный набор ценностей и посылок, отражающий религиозное, научное и политическое мышление культуры; цель идеологии — «создание образа мира, достаточно убедительного для поддержания коллективного и индивидуального чувства идентичности» [Erikson, 1958, p. 22]. Идеология предоставляет молодым людям упрощенные, но четкие ответы на главные вопросы, связанные с конфликтом идентичности: «Кто я?», «Куда я иду?», «Кем я хочу стать?» Воодушевленные идеологией молодые люди вовлекаются в разного рода деятельность, бросающую вызов устоявшимся традициям культуры — акции протеста, бунты и революции. В более широком смысле, считает Эриксон, утрата доверия к идеологической системе может обернуться всеобщей неразберихой и неуважением к тем, кто регулирует совокупность социальных правил.

6. Ранняя зрелость: интимность—изоляция

Шестая психосоциальная стадия обозначает формальное начало взрослой жизни. В целом, это период ухаживания, раннего брака и начала семейной жизни. Он продолжается от поздней юности до ранней зрелости (от 20 до 25 лет). В течение этого времени молодые люди обычно ориентируются на получение профессии и «устройство». Эриксон, так же как и Фрейд, утверждает, что только теперь человек по-настоящему готов к интимным отношениям с другим человеком как в социальном, так и в сексуальном плане. До этого времени большинство проявлений сексуального поведения индивидуума были мотивированы поиском эго-идентичности. Напротив, раннее достижение личной идентичности и начало продуктивной работы — то, что знаменует собой период ранней зрелости — дают толчок к новым межличностным отношениям. На одном полюсе этого измерения находится *интимность*, а на противоположном — *изоляция*.

Эриксон использует термин «интимность» как многоплановый и по значению, и по широте охвата. Прежде всего, он имеет в виду интимность как сокровенное

чувство, которое мы испытываем к супругам, друзьям, братьям и сестрам, родителям или другим родственникам. Однако он говорит и о собственно интимности, то есть способности «слить воедино вашу идентичность с идентичностью другого человека без опасения, что вы теряете нечто в себе» [Evans, 1967, p. 48]. Именно этот аспект интимности (то есть слияние вашей собственной идентичности с идентичностью другого человека) Эриксон рассматривает как необходимое условие прочного брака. Однако, заявляет он, настоящее чувство интимности невозможно испытать до тех пор, пока не достигнута стабильная идентичность. Иными словами, для того, чтобы находиться в истинно интимных отношениях с другим человеком, необходимо, чтобы к этому времени у индивидуума было определенное осознание того, кто он и что собой представляет. Напротив, подростковая «любовь» может оказаться ничем иным, как попыткой проверить собственную идентичность, используя для этой цели другого человека. Это подтверждается следующим фактом: юношеские браки (в возрасте от 16 до 19 лет) не такие продолжительные (по статистике разводов), как браки среди тех, кому за двадцать. Эриксон усматривает в данном факте доказательство того, что многие, особенно женщины, вступают в брак с целью обрести собственную идентичность в другом человеке и благодаря ему. С его точки зрения, невозможно построить здоровые интимные отношения, стремясь к идентичности таким путем. Определение способности к интимности, данное Эриксоном, похоже на фрейдовское определение здорового индивидуума, то есть способного любить и заниматься общественно полезной работой. Хотя Эриксон не предполагает расширить эту формулу, все-таки интересно было бы понять в рамках его схемы, способен ли человек, давший обет безбрачия (священник, например), к истинному чувству интимности. Ответ на этот вопрос — «да», поскольку Эриксон усматривает в интимности нечто большее, чем просто сексуальную близость, она может также включать эмпатию и открытость между друзьями или, в более широком смысле, способность вверять себя кому-либо.

Главная опасность на этой психосоциальной стадии заключается в излишней поглощенности собой или в избегании межличностных отношений. Неспособность устанавливать спокойные и доверительные личные отношения ведет к чувству одиночества, социального вакуума и изоляции [Peplau, Perlman, 1982]. Погруженные в себя люди могут вступать в совершенно формальное личностное взаимодействие (работодатель—работник) и устанавливать поверхностные контакты (клубы здоровья). Эти люди ограждают себя от любого проявления настоящей вовлеченности в отношения, потому что повышенные требования и риск, связанные с интимностью, представляют для них угрозу. Им также свойственно занимать позицию отчужденности и незаинтересованности в отношениях с сослуживцами. Наконец, как утверждает Эриксон, социальные условия могут задержать становление чувства интимности — например, препятствуют интимности условия урбанизированного, мобильного, обезличенного технологического общества. Он приводит примеры антисоциальных, или психопатических типов личности (то есть людей, у которых отсутствует нравственное чувство), встречающихся в условиях экстремальной изоляции: они манипулируют другими и эксплуатируют их без всякого сожаления. Это молодые люди, чья неспособность разделить свою идентичность с другими лишает их возможности вступать в глубокие доверительные отношения.

Положительное качество, которое связано с нормальным выходом из кризиса интимность—изоляция, — это *любовь.* В дополнение к ее романтическому

и эротическому смыслу Эриксон рассматривает любовь как способность вверять себя другому человеку и оставаться верным этим отношениям, даже если они потребуют уступок или самоотречения. Этот тип любви проявляется в отношениях взаимной заботы, уважения и ответственности за другого человека.

Социальным установлением, связанным с этой стадией, является *этика*. По Эриксону, нравственное чувство возникает тогда, когда мы осознаем ценность продолжительной дружбы и социальных обязательств, равно как и дорожим подобными отношениями, даже если они требуют личной жертвы. Люди с недостаточно развитым нравственным чувством плохо подготовлены к вступлению в следующую стадию психосоциального развития.

7. Средняя зрелость: продуктивность—инертность

Седьмая стадия приходится на средние годы жизни (от 26 до 64 лет); ее основная проблема — выбор между *продуктивностью* и *инертностью*. Продуктивность появляется вместе с озабоченностью человека не только благополучием следующего поколения, но также и состоянием общества, в котором будет жить и работать это будущее поколение. Каждый взрослый, по утверждению Эриксона, должен или принять, или отвергнуть мысль о своей ответственности за возобновление и улучшение всего, что могло бы способствовать сохранению и совершенствованию нашей культуры. Это утверждение Эриксона основано на его убежденности в том, что эволюционное развитие «сделало человека в равной степени обучающим и обучающимся животным» [Erikson, 1968, p. 291]. Таким образом, продуктивность выступает как забота более старшего поколения о тех, кто придет им на смену — о том, как помочь им упрочиться в жизни и выбрать верное направление. Хороший пример в данном случае — чувство самореализации у человека, связанное с достижениями его потомков. Однако продуктивность присуща не только родителям, но и тем, кто вносит свой вклад в воспитание и руководство молодыми людьми. Взрослые, отдающие свое время и силы молодежным движениям, таким как Лига молодежи, бойскаутские и герлскаутские организации и другие, также могут быть продуктивными. Творческие и производительные элементы продуктивности персонифицированы во всем, что передается от поколения к поколению (например, технические изделия, идеи и произведения искусства). Итак, основной темой психосоциального развития личности во второй фазе зрелости является забота о будущем благополучии человечества.

Если у взрослых людей способность к продуктивной деятельности настолько выражена, что преобладает над инертностью, то проявляется положительное качество данной стадии — *забота*. Забота происходит из чувства, что кто-то или что-то имеет значение; забота — это психологическая противоположность безразличию и апатии. По Эриксону, она представляет собой «расширение взятых на себя обязательств заботиться о людях, результатах и идеях, к которым человек проявляет интерес» [Erikson, 1982, p. 67]. Являясь основным личностным достоинством зрелости, забота представляет собой не только чувство долга, но и естественное желание внести свой вклад в жизнь будущих поколений.

Те взрослые люди, кому не удается стать продуктивными, постепенно переходят в состояние поглощенности собой, при котором основным предметом заботы



Продуктивность проявляется в заботе человека о благополучии следующих поколений. (Joel Gordon)

являются личные потребности и удобства. Эти люди не заботятся ни о ком и ни о чем, они лишь потворствуют своим желаниям. С утратой продуктивности прекращается функционирование личности как деятельного члена общества — жизнь превращается в удовлетворение собственных нужд, обедняются межличностные отношения. Это явление — «кризис старшего возраста» — общеизвестно. Он выражается в чувстве безнадежности, бессмысленности жизни. Согласно Эриксону, главным психопатологическим проявлением в возрасте средней зрелости является нерасположенность заботиться о других людях, делах или идеях. Все это имеет самое прямое отношение к человеческим предрассудкам, разного рода разрушительным явлениям, жестокости и «влияет не только на психосоциальное развитие любого индивидуума, но и имеет отношение к таким отдаленным проблемам, как выживание рода» [Erikson, 1982, p. 70].

8. Поздняя зрелость: эго-интеграция—отчаяние

Последняя психосоциальная стадия (от 65 лет до смерти) завершает жизнь человека. Это время, когда люди оглядываются назад и пересматривают свои жизненные решения, вспоминают о своих достижениях и неудачах. Практически во всех культурах этот период знаменует начало старости, когда человека одолевают многочисленные нужды: приходится приспосабливаться к тому, что убывает физическая сила и ухудшается здоровье, к уединенному образу жизни и более скромному

материальному положению, к смерти супруга и близких друзей, а также к установлению отношений с людьми своего возраста [Erikson et al., 1986]. В это время фокус внимания человека сдвигается от забот о будущем к прошлому опыту.

По убеждению Эриксона, для этой последней фазы зрелости характерен не столько новый психосоциальный кризис, сколько суммирование, интеграция и оценка всех прошлых стадий развития эго.

> Только у того, кто каким-то образом заботился о делах и людях, кто переживал триумфы и поражения в жизни, кто был вдохновителем для других и выдвигал идеи — только у того могут постепенно созревать плоды семи предшествовавших стадий. Я не знаю лучшего определения для этого, чем эго-интеграция [Erikson, 1963a, p. 268].

Чувство интеграции эго проистекает из способности человека оглядеть всю свою прошлую жизнь (включая брак, детей и внуков, карьеру, достижения, социальные отношения) и смиренно, но твердо сказать себе: «Я доволен». Неотвратимость смерти больше не страшит, поскольку такие люди видят продолжение себя или в потомках, или в творческих достижениях. Эриксон полагает, что только в старости приходит настоящая зрелость и полезное чувство «мудрости прожитых лет». Но в то же время он отмечает: «Мудрость старости отдает себе отчет в относительности всех знаний, приобретенных человеком на протяжении жизни в одном историческом периоде. Мудрость — это осознание безусловного значения самой жизни перед лицом самой смерти» [Erikson, 1982, p. 61].

На противоположном полюсе находятся люди, относящиеся к своей жизни как к череде нереализованных возможностей и ошибок. Теперь на закате жизни они осознают, что уже слишком поздно начинать все сначала или искать какие-то новые пути, чтобы ощутить целостность своего «Я». Недостаток или отсутствие интеграции проявляется у этих людей в скрытом страхе смерти, ощущении постоянной неудачливости и озабоченности тем, что «может случиться». Эриксон выделяет два превалирующих типа настроения у раздраженных и негодующих пожилых людей: сожаление о том, что жизнь нельзя прожить заново и отрицание собственных недостатков и дефектов путем проецирования их на внешний мир. Иногда Эриксон очень поэтично описывает отчаяние у пожилых: «Судьба не принимается как остов жизни, а смерть — как последняя ее граница. Отчаяние означает, что осталось слишком мало времени для выбора другого пути к целостности; вот почему старики пытаются приукрасить свои воспоминания» [Erikson, 1968b, p. 291]. Касаясь случаев тяжелой психопатологии, Эриксон предполагает, что чувства горечи и сожаления могут в конце концов привести пожилого человека к старческому слабоумию, депрессии, ипохондрии, сильной озлобленности и паранойяльности. Общераспространенным у таких стариков является страх оказаться в доме для престарелых.

В книге «Жизненная вовлеченность в старости» (1986), написанной в соавторстве, Эриксон рассуждает о путях оказания помощи пожилым людям в достижении чувства эго-интеграции. Книга основана на изучении историй многих людей в возрасте старше семидесяти лет. Эриксон прослеживал истории их жизни, анализировал, как они справлялись с жизненными проблемами на предыдущих стадиях. Он приходит к выводу о том, что пожилые люди должны участвовать в таких видах деятельности, как воспитание внуков, политика, оздоровительные физкультурные программы, если они хотят сохранить жизнеспособность в преддверии снижения физических и психических способностей. Короче говоря, Эриксон настаивает на

том, что пожилые люди, если они заинтересованы в сохранении целостности своего «Я», должны делать гораздо больше, чем просто размышлять о своем прошлом.

Теперь, когда мы рассмотрели эпигенетическую теорию развития Эриксона, коснемся вопроса о том, какие перспективы она открывает. Во-первых, Эриксон сформулировал теорию, в которой обществу и самим людям придается равное значение в формировании личности на протяжении жизни. Это положение ориентирует людей, работающих в сфере социальной помощи, расценивать проблемы зрелого возраста скорее как неспособность найти выход из основного кризиса этого периода, чем усматривать в них только лишь остаточное влияние конфликтов и фрустраций раннего детства. Во-вторых, Эриксон уделил очень большое внимание подростковому возрасту, считая этот период центральным в формировании психологического и социального благополучия индивидуума. Наконец, Эриксон внушает определенный оптимизм, показывая, что каждая стадия психосоциального развития имеет свои сильные и слабые стороны, так что неудачи на одной стадии развития не обязательно обрекают индивидуума на поражение в следующем периоде жизни. Рассмотрим теперь позицию Эриксона по девяти основным положениям о природе человека.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ЭРИКСОНА ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Роберт Коулз в биографической работе об Эриксоне написал: «Когда один человек надстраивает теоретическую конструкцию, возведенную другим человеком, он не всегда следует каждому принципу своего предшественника» [Coles, 1970, p. *XX*]. Положения Эриксона в самом деле отличаются от фрейдовских. Его позиция в отношении исходных положений о природе человека обозначена на рис. 5–1.

Свобода — детерминизм. С точки зрения Эриксона, поведение человека изначально детерминировано. Биологическое созревание при взаимодействии с расширяющейся сферой социальных отношений индивидуума дает сложную систему

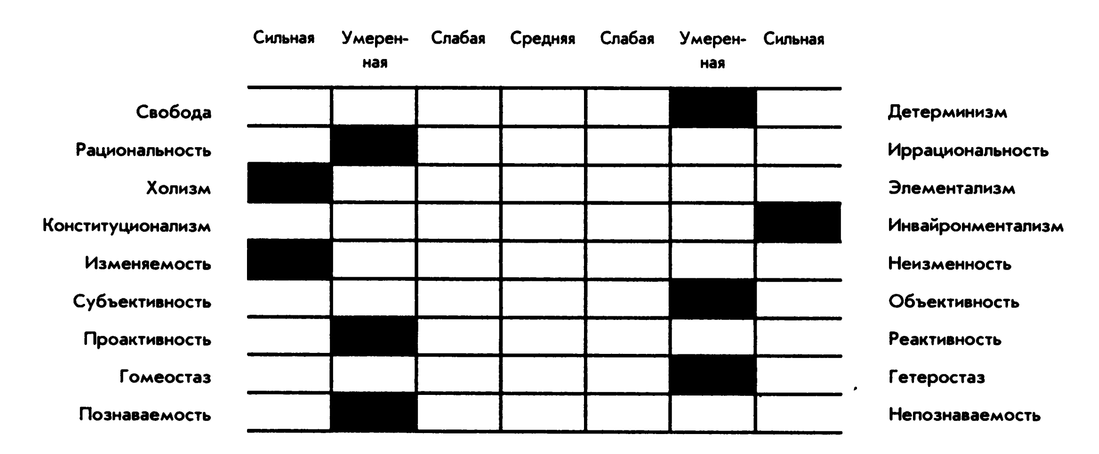


Рис. 5–1. *Позиция Эриксона по девяти основным положениям, касающимся природы человека.*

поведенческих детерминант. Воспитание в родительской семье, опыт школьных лет, отношения в группах сверстников и возможности данной культуры — все это играет огромную роль в определении направления жизни человека. В сущности, результаты первых четырех стадий психосексуального развития практически полностью обусловлены влиянием окружающей среды, а разрешение кризисов, свойственных остальным четырем стадиям, в меньшей степени зависит от внешних факторов. Эриксон твердо убежден в том, что у каждого человека, особенно в течение последних четырех стадий, есть определенная возможность разрешить и предыдущий, и актуальный кризисы. Таким образом, в теории Эриксона наблюдается некоторое подтверждение положения о свободе, согласно которому индивидуумы сами несут ответственность за свои успехи и неудачи.

Хотя Эриксон рассматривает ид как биологический фундамент личности, он не всецело привержен детерминизму, как это видно из его теории развития эго. Он рассматривает эго как автономную личностную структуру, которая существенно меняется на отрезке жизни от юности и дальше. В отличие от Фрейда, Эриксон не считает, что личность полностью складывается под влиянием детского опыта. Тем не менее, жизненный выбор взрослых всегда несет на себе отпечаток ограничений, налагаемых никогда не прекращающимся влиянием детского опыта. Например, трудно достичь интимности в периоде ранней взрослости, если ранее не было сформировано чувство базального доверия. Итак, по шкале свобода—детерминизм больший вес получает детерминизм.

Рациональность—иррациональность. В том, что психосоциальное развитие автономного эго вызывает наибольший теоретический интерес Эриксона, выражается его неизменная приверженность положению рациональности. В его теории мыслительные процессы как таковые представляют главный аспект функционирования эго: это наиболее очевидно проявляется в том, как разрешаются четыре последних психосоциальных кризиса жизненного цикла.

Как и другие эго-психологи психоаналитической ориентации, Эриксон понимает, что недооценка рациональности в объяснении поведения человека являлась недостатком Фрейда. Однако он часто утверждал, что поддерживает психоаналитическую традицию и принимает концепции Фрейда как таковые — например, биологические и сексуальные основы личности и ее структурную модель (ид, эго и суперэго). Не выходя за пределы психоаналитического каркаса, Эриксон переместил акцент на эго, сознание и рациональность. Он видит в людях гораздо больше рассудочности, чем Фрейд.

Холизм—элементализм. Сильная приверженность Эриксона положению холизма в описании человека отчетливо видна в его эпигенетической концепции развития, согласно которой люди проходят через восемь стадий психосоциального опыта. На этом пути они пытаются преодолевать наиболее глубокие кризисы — например, кризис эго-идентичности, кризис эго-интеграции — и всегда действуют в пределах матрицы сложнейших личностных, культурных и исторических влияний.

Сравним для примера, какое звучание получает принцип холизма, лежащий в основе двух концепций: эго-идентичность (подростковый возраст) и эго-интеграция (поздняя зрелость). В первом случае, согласно теории Эриксона, люди проживут немало лет, прежде чем поймут, кто они такие, и у них разовьется стабильное чувство преемственности между прошлым и будущим. Отдельные проявления

поведения подростков можно понять только при условии интегрирования их в контекст целостного гештальта, характерного для кризиса «эго-идентичность — ролевое смешение». В течение периода зрелости и пожилого возраста человек пытается охватить сознанием свою жизнь как единое целое, понять ее значение и увидеть ее в перспективе. Поведение пожилого человека можно объяснить в ключе холистического понимания кризиса «эго-интеграция — отчаяние». Таким образом, в эпигенетической концепции Эриксона человек рассматривается только в плане его полного жизненного цикла, который проходит при постоянном влиянии сложного контекста окружающей среды.

Конституционализм—инвайронментализм. Тяготение Эриксона к инвайронментализму выражается в том, что особое внимание при описании развития личности он уделяет факторам родительского воспитания, культуры и истории. Жизненный путь человека следует понимать только в контексте этих внешних влияний. Полнота разрешения психосоциальных кризисов раннего возраста зависит в основном от родительского воспитания; сама же практика воспитания обусловлена культурными и историческими факторами. Разрешение последующих психосоциальных кризисов является функцией от взаимодействия индивидуума с благоприятными возможностями, предоставленными культурой. Инвайронментализм Эриксона распространяется очень широко. Тем не менее, эта позиция, хотя и является сильной, все же не безоговорочно абсолютна, поскольку Эриксон разделяет мнение Фрейда о биологической, инстинктивной основе личности.

Изменяемость—неизменность. Теория Эриксона, бесспорно, построена на положении изменяемости. Он тщательно обрисовал направление, в котором совершенствуется эго — через определенную последовательность психосоциальных стадий, начиная от рождения, через зрелые годы и в старости до самой смерти. Напомним, что каждая стадия характеризуется специфичным для нее кризисом развития. В зависимости от того, как разрешается кризис, рост личности индивидуума идет в том или ином направлении. Короче говоря, Эриксон описывает человека постоянно эволюционирующим и пытающимся справиться с проблемами, встающими перед ним на каждой стадии.

Согласно Эриксону, жизнь человека характеризуется неизбежными изменениями. Если посмотреть на это в широком контексте истории развития индивида, то мы увидим, что люди в нескончаемой борьбе решают все новые и новые проблемы, связанные с их развитием; они переживают поворотные моменты в своей жизни, приобретают новые качества эго и меняются. Разногласия между Эриксоном и Фрейдом по вопросу об изменяемости — неизменности являются, возможно, самыми решающими в их теоретических позициях. Для Фрейда личность взрослого человека полностью детерминирована взаимодействиями, которые имели место в первые годы его жизни. Напротив, Эриксон настаивает на том, что развитию человека нет пределов — оно происходит на протяжении всего жизненного цикла.

Субъективность—объективность. Основные понятия, использованные Эриксоном для описания психосоциального роста (например, доверие, недоверие, надежда), имеют отношение к значимым субъективным переживаниям человека. Более того, способность каждого человека справиться с данным психосоциальным кризисом зависит от разрешения предыдущего кризиса, которое всегда индивидуально. Но сами по себе кризисы развертываются благодаря взаимодействию

биологического созревания с расширяющимся социальным миром. Биологическое созревание не является индивидуально уникальным. Эриксон рассматривает его в постоянном взаимодействии с объективными внешними факторами (например, с семьей и обществом). В этом смысле психосоциальные стадии и кризисы предстают объективно детерминированными, что, несомненно, указывает на приверженность Эриксона положению объективности.

Проактивность—реактивность. Индивидуум в системе Эриксона в начале своего развития обладает выраженной реактивностью, но с течением времени, переходя из одной психосоциальной стадии в другую, становится более проактивным. Фактически успешное разрешение первых четырех кризисов (надежда, сила воли, цель, компетентность) является прелюдией к проактивному функционированию на последующих стадиях. Однако на протяжении ранних стадий биологическое созревание накладывает ограничения на возможности человека выстраивать поведение по собственному усмотрению.

В описании Эриксоном последующих четырех стадий от юности до старости, наоборот, ясно выражена идея о том, что люди способны к внутренней регуляции своего поведения. Такие понятия, как поиск эго-идентичности, интимность, продуктивность и эго-интеграция, лучше раскрываются в контексте проактивности. Итак, в теоретической схеме Эриксона люди на протяжении большей части своей жизни, в целом, проактивны. Однако, по мере продвижения от одной стадии к другой, развитие человека зависит от его реакций на биологические, социальные и исторические реалии. И в этом широком смысле можно считать, что во взгляде Эриксона на природу человека имеет место некоторое признание реактивности.

Гомеостаз—гетеростаз. С точки зрения Эриксона, люди постоянно принимают вызов в ходе каждого психосоциального кризиса и каждый кризис содержит в себе потенциальную возможность для человека вырасти и расширить свои возможности. Успешно разрешив один кризис, человек продвигается в своем развитии к следующему. Это движение вперед позволяет, несомненно, увидеть принцип гетеростаза в понимании мотивации человека. Природа человека требует личностного роста и ответа на вызовы, присущие каждой стадии развития.

Еще одним свидетельством принципа гетеростаза у Эриксона является тот факт, что благополучное разрешение каждого психосоциального кризиса предоставляет индивидууму все больше возможностей для роста и самореализации. Например, весь период зрелости (примерно 45 лет жизни) описан в терминах продуктивность—застой. Использование этих понятий отражает наличие внутренних связей между личностным ростом и здоровым развитием в теории Эриксона. Однако наблюдаемая у него тенденция склоняться в сторону гетеростаза несколько сдерживается тем обстоятельством, что он разделяет позицию Фрейда относительно биологического, инстинктивного фундамента личности. Люди стремятся к росту и развитию, но оно возможно только в пределах ограничений, обусловленных их инстинктивными резервами. Таким образом, степень принятия Эриксоном положения гетеростаза лучше всего охарактеризовать как умеренную.

Познаваемость—непознаваемость. Несмотря на то, что Эриксон согласен с некоторыми традиционными психоаналитическими концепциями личности, он сформулировал и новые идеи, основанные на различных клинических, антропологических и психоисторических исследовательских стратегиях. Некоторые призна-

ки принятия положения полной познаваемости природы человеческой личности содержатся в его всеобъемлющей концепции жизненного цикла человека. Тем не менее, тот факт, что он опирается на междисциплинарные исследования, проводимые за рамками «основной» науки, наряду с отсутствием в его теории строго научных методов исследования личности, наводит на предположение о том, что его уверенность в познаваемости человека средствами науки далека от абсолютной. По сравнению с Фрейдом Эриксон кажется менее убежденным в неоспоримости научной познаваемости человека.

Теперь обратимся к эмпирической проверке теории Эриксона и рассмотрим некоторые исследования, ей посвященные.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИЙ ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ ТЕОРИИ

Теория Эриксона оказала большое влияние на возрастную психологию [Papalia, Olds, 1986; Santrock, 1985]. Его идеи нашли применение в области дошкольного обучения, профессионального консультирования, в социальной службе и в сфере бизнеса. Надо отметить также, что Эриксон проводил широкие психоисторические исследования, посвященные таким известным лицам, как Мартин Лютер, Адольф Гитлер, Махатма Ганди и Джордж Бернард Шоу. *Психоистория* — это форма исследования, в котором осуществляется попытка соотнести основные темы жизни человека с историческими событиями и обстоятельствами [Crosby, Crosby, 1981; Runyan, 1982]. Характерное для последнего времени повышение интереса персонологов к биографическим и автобиографическим методам изучения личности в значительной степени обязано работам Эриксона по психоистории [Moraitis, Pollack, 1987].

Несмотря на свою популярность, теория Эриксона не вызвала появления впечатляющего количества эмпирических исследований. Отчасти отсутствие систематических исследований, посвященных данной теории, можно объяснить тем фактом, что ее идеи сложны и абстрактны. Более того, такие понятия, как доверие, верность, психосоциальный мораторий не определены настолько четко, чтобы можно было установить их эмпирическую состоятельность. Другая трудность обусловлена тем обстоятельством, что валидизация теории Эриксона требует широких лонгитюдных исследований, необходимых для оценки изменений, происходящих в процессе развития на протяжении всего жизненного цикла. Сбор лонгитюдных данных — дорогостоящая и очень длительная процедура. В результате всего этого, исследования, посвященные проверке особенностей взаимовлияния психосоциальных стадий, проводятся в настоящее время относительно редко. Наконец, сам Эриксон не проявлял никакого интереса к эмпирической проверке своих положений. Исследования, проводившиеся им самим, основывались на содержательном анализе клинических случаев.

Тем не менее, некоторые концепции психосоциальной теории определенно поддаются точному исследованию. Например, Эриксон вывел критерии психосоциального здоровья и болезненных состояний для каждого кризисного периода, используя достаточно четко раскрытые поведенческие характеристики, что позволяет напрямую изучать, как разрешение предшествовавшего кризиса проявляется в текущем поведении и установках. Теория Эриксона еще и потому представляется

пригодной для эмпирической проверки, что в ней говорится о социальных индикаторах развития, в противоположность тем теориям, в которых основное внимание уделяется интрапсихическим процессам. Наконец, Эриксон сделал возможным строго последовательное изучение соответствующих психосоциальных феноменов индивидуального развития, в то время как в других теориях часто отсутствует подобный синтез проблем, обусловленных развитием. Однако до тех пор, пока тщательно спланированные исследования не принесут удовлетворительных результатов, эмпирический статус теории Эриксона будет оставаться неясным.

Хотя Эриксон не видел необходимости в эмпирической проверке своей теории, другие исследователи попытались это сделать. Рассмотрим несколько примеров подобных исследований.

Исследование эго-идентичности

Как отмечалось выше, из всех психосоциальных стадий жизненного цикла Эриксон [Erikson, 1968a] уделял наибольшее внимание подростковому периоду. Сделанный нами обзор показывает, что большинство опубликованных на сегодняшний день исследований посвящены почти исключительно этой фазе.

Марсиа [Marcia, 1966, 1967, 1980] было проведено несколько исследований, посвященных изучению предпосылок и последствий формирования идентичности у подростков. На основе работ Эриксона, в них были выделены четыре самостоятельных ориентации, или *статуса эго-идентичности:* 1) диффузия идентичности; 2) предрешенность; 3) мораторий; 4) достижение идентичности. Эти состояния (как показано в табл. 5–2) описаны с помощью двух самостоятельных параметров, а именно, кризиса и такого обстоятельства, как принятие обязательств в двух основных сферах функционирования: профессиональной деятельности и идеологии (то есть религия и политика). Термин *кризис* относится к тому периоду больших усилий в жизни человека, когда он раздумывает, какую выбрать карьеру и каким убеждениям и ценностям стоит следовать в жизни. *Принятие обязательств* предполагает принятие твердых решений относительно выбора профессии и идеологии, а также выработку целевых стратегий для реализации принятых решений.

Таблица 5–2. **Четыре статуса эго-идентичности, описанные Марсиа**

Каждый квадрат матрицы заполняется в результате изучения кризиса и процесса принятия обязательств с помощью полуструктурированного интервью, касающегося выбора профессии и идеологии.

		Пережит ли кризис	
		ДА	НЕТ
Принято ли решение	ДА	Достижение идентичности	Предрешенность
	НЕТ	Мораторий	Диффузия идентичности

Статус эго-идентичности индивидуума определяется на основе оценки его ответов в ходе стандартизованного интервью, разработанного Марсиа [Marcia, 1966].

Диффузия идентичности характеризуется «отягощенностью отсутствием обязательств». Индивидуум с диффузией идентичности может переживать или не переживать кризис, но в любом случае здесь наблюдается минимум или даже отсутствие принятых индивидуумом ценностей и ролей, отсутствие заветной мечты. *Предрешенность* — состояние юноши или девушки, уже утвердившихся в своих основных ориентациях. Однако при этом отсутствуют признаки (или их очень мало) того, что они переживали кризис. Примером «предрешенной идентичности» может служить студент колледжа, решивший стать зубным врачом, потому что это профессия его отца и деда. Статус *моратория* на идентичность предполагает, что человек находится в данное время в состоянии кризиса (выбирает между альтернативами), и его предпочтения слишком слабы и неопределенны. Студентка колледжа, видящая себя в будущем химиком, министром или журналисткой, — пример, иллюстрирующий состояние упорной и продолжительной внутренней борьбы с неопределенностью выбора, характерной для этого статуса. Наконец, статус *достижения идентичности* относится к людям, пережившим период кризиса и сделавшим определенный выбор в отношении профессиональных и идеологических целей и позиций.

Существование этих четырех статусов эго-идентичности к настоящему времени имеет много эмпирических подтверждений [Bourne, 1978; Marcia, 1980]. Кроме того, проведено немало исследований, в которых изучалась связь описанных статусов идентичности с моделями взаимоотношений в семье. Это направление исследований, подытоженное такими авторами, как Марсиа [Marcia, 1980] и Уотерман [Waterman, 1982], показало, что у индивидуумов с предрешенной эго-идентичностью наблюдаются более теплые отношения с родителями, чем у имеющих другие статусы эго-идентичности. Субъекты с «предрешенностью» также чаще всех остальных обращаются к своим семьям за советом и поддержкой в ситуациях, когда им необходимо принимать жизненно важные решения. В результате им не приходится так упорно «бороться» за достижение идентичности; им в значительной степени удается избегать критического анализа отдаленных последствий возможных итоговых решений. Напротив, люди, находящиеся в состоянии моратория, а также достижения идентичности, не имеют обыкновения искать совета у родителей в ответственных случаях. Они выглядят более критичными по отношению к своим родителям, и в их родительских семьях отмечается более высокий уровень конфликтности. Индивидуумы с диффузной идентичностью сообщают о наличии самой большой дистанции между ними и их родителями. Эти подростки воспринимают своих родителей как безучастных к ним, отвергающих их, и поэтому у них отсутствуют ролевые модели, характерные для подростков с «предрешенностью».

Значительный интерес вызвало изучение взаимосвязей между статусом идентичности, мотивацией к обучению и успеваемостью у студентов колледжа. Результаты исследований показывают, что достигшие идентичности считают основными для себя такие дисциплины, как математика, биология, химия и инженерное дело, в то время как студентов с диффузной идентичностью больше привлекают социология, преподавание и физическая культура [Adams, Fitch, 1983; Marcia, Friedman, 1970]. В сходном исследовании [Waterman, Waterman, 1970] было показано, что студенты, определившиеся в своем профессиональном выборе, более позитивно оценивают свою учебу и все, что с ней связано, чем студенты, еще не решившие, чем

они будут заниматься по окончании колледжа. Студенты, достигшие эго-идентичности, получают более высокие оценки по сравнению с остальными [Cross, Allen, 1970]. Наконец, в одном исключительно интересном исследовании [Marcia, 1967] обнаружено: студенты с сильной идентичностью не так драматично (по показателям самооценки) переживают неудачные результаты по тем заданиям, которые влияют на академическую успеваемость.

В другом исследовании были изучены связи между статусом эго-идентичности и процессами социального влияния. Так, студенты с диффузной идентичностью продемонстрировали наибольшую конформность под давлением группы сверстников [Adams et al., 1985]. Достигшие идентичности также проявили готовность к конформному поведению в аналогичных ситуациях, но только тогда, когда это вело к достижению определенных целей. Именно такого рода проявления чуткости к мнению окружающих можно ожидать от человека, уверенного в своей эго-идентичности.

Изучение достижения идентичности и способности к интимности в дальнейшем

Согласно эпигенетической теории психосоциального развития Эриксона, успешное разрешение каждого конфликта позволяет человеку справляться со следующей стадией (и следующим конфликтом), придерживаясь более позитивной ориентации. А именно, сильное чувство идентичности облегчает созревающей личности развитие способности к интимности. Исследование, проведенное Каном и соавт. [Kahn et al., 1985], ставило задачей экспериментальную проверку идеи о том, что приобретение устойчивой идентичности в ранней зрелости с большой вероятностью ведет к достижению интимности в средние годы. С этой целью ученые в 1963 году изучали идентичность с применением метода самооценки в группах второкурсников и первокурсников художественной школы. В 1981 году 60% участвовавших в первом исследовании заполняли анкету, содержащую вопросы об их личной, семейной и профессиональной жизни после окончания этого учебного заведения. В качестве показателя интимности был выбран статус супружества. Испытуемым предлагали выбрать одну из следующих категорий: никогда не был женат (не была замужем), женат (замужем), живу отдельно от жены (мужа), разведен (разведена), вдовец (вдова). Второй вопрос касался количества разводов, если они имели место.

Полученные результаты соответствовали теории: была обнаружена сильная связь между достижением эго-идентичности и способностью к интимности в зрелые годы. Однако половые различия перекрывали общую закономерность. Что касается прогноза формирования интимности (вступление в брак) у мужчин на основе эго-идентичности, то те, у кого была выявлена сильная идентичность в 1963 году, имели гораздо более прочные супружеские отношения спустя 18 лет. Только один из 35 мужчин с высокой идентичностью к 1981 году не был женат. У женщин, наоборот, брачный статус не зависел от достижения идентичности. Однако у замужних женщин была выявлена тесная взаимосвязь между идентичностью и стабильностью брака. Фактически, более двух третей из числа женщин с низкой идентичностью сообщили о разрыве супружеских отношений в течение этих 18 лет. Между мужчинами, состоявшими в стабильном и нестабильном бра-

ке, различий по параметру идентичности не было получено. Авторы предположили, что пути достижения интимности могут быть разными у обоих полов.

> У мужчин достижение интимности тесно связано с решением: жениться или не жениться. В этом плане достижение идентичности, основанное на традиционных мужских ролевых особенностях, таких как инструментальность, целенаправленность и компетентность, является решающим. С другой стороны, женщины могут быть связаны социальными предписаниями необходимости выйти замуж, поэтому у них достижение идентичности имеет мало общего с замужеством. В то же время достижение интимности у замужних женщин, видимо, влияет на стабильность супружеских отношений. Очевидно, идентичность, основанная на умении справляться с тревогой и умении выражать свои чувства открыто, способствует стабильности брака [Kahn et al., 1985, p.1321].

В целом, результаты, полученные в этом исследовании, указывают на существование различных моделей формирования идентичности у мужчин и женщин. Полученные различия, в свою очередь, говорят о необходимости создания новых моделей, описывающих именно женский вариант развития [Gilligan, 1982].

ПРИМЕНЕНИЕ: АМЕРИКАНСКИЕ ПОДРОСТКИ, ИЛИ «КТО Я ТАКОЙ?»

Эриксон применял свои теоретические взгляды в таких несхожих областях, как игровое поведение у детей [Erikson, 1937], детство в племенах американских индейцев [Erikson, 1945], социальное поведение подростков [Erikson, 1968a], проблемы идентичности у чернокожей молодежи [Erikson, 1964b] и нонконформизм в юности [Erikson, 1970]. Он придавал особое значение тому, как разнообразный социально-эмоциональный опыт влияет на формирование идентичности у подростков и в годы ранней зрелости. Больше чем какой-либо другой персонолог, Эриксон придавал значение эго-идентичности, как центральной психосоциальной проблеме, с которой сталкиваются подростки в современном американском обществе.

С точки зрения Эриксона, двумя основными вопросами, встающими перед современной молодежью, являются: «Кто я такой?» и «Как я впишусь в мир взрослых?» В культуре с жесткими социальными нормами (например, в странах ислама), где действует большое количество предписанных социальных и половых ролей, эти проблемы идентичности минимизированы, поскольку невелик выбор возможностей. Здесь идентичность «даруется» молодежи, и соблюдение status quo просто подразумевается. Американское же общество предоставляет своей молодежи гораздо более широкое разнообразие потенциальных профессиональных, идеологических и социальных возможностей. В результате, американские подростки более уязвимы в отношении проблем идентичности именно потому, что у них действительно есть выбор. По предположению Эриксона, демократическая система в Америке порождает особенно серьезные проблемы, поскольку демократия требует идентичности в ключе «сделай себя сам». По этой причине на американской молодежи лежит значительная ответственность, связанная с осознанием того, кто они есть и как им найти свою собственную нишу в мире взрослых.

Когда демократия сочетается с технологически обусловленными искажениями социального мира, кризис идентичности усиливается. Наша технология требует продолжительного формального образования. Такое длительное обучение, часто связанное с финансовой зависимостью от родителей на время обучения

в колледже, ощутимо удлиняет у подростков период осознавания того, как они живут и какой должна быть их взрослая жизнь. Проблема идентичности юных неизмеримо усложняется также и в связи с чрезвычайно быстрыми социальными изменениями, требующими пересмотра основных ценностей и норм. У американских подростков не только больше времени для поиска своей идентичности, но и больше альтернатив, из которых можно выбирать.

Кризис идентичности проявляется, по крайней мере в последнее время, в трех основных сферах поведения подростков. Это: 1) проблема выбора карьеры; 2) членство в группе сверстников; 3) употребление алкоголя и наркотиков.

Проблема выбора карьеры. По убеждению Эриксона, неспособность к профессиональному самоопределению является причиной серьезной озабоченности у многих молодых людей. Проще говоря, для того, чтобы принять решение о выборе профессии, подросток должен определить, что он собой представляет. Так как в нашем обществе различным видам профессиональной занятости соответствуют различные стили жизни, то выбор карьеры, по существу, превращается в выбор образа жизни в целом. Чтобы сделать правильный выбор, у молодых людей должно быть верное понимание себя, а также обоснованная оценка того, в какой области они могли бы наилучшим образом приспособиться к трудовой жизни. В конечном счете, выбор той или иной карьеры может сам по себе дать представление о том, личностью какого типа молодой человек или девушка хочет стать.

Колебания в выборе профессии у подростков часто являются проявлением более фундаментальной неопределенности в сфере их личной идентичности. Это особенно верно в отношении молодых женщин, которые, ввиду своего биологического предназначения, стоят перед необходимостью выбора: роль жены и матери или карьера, либо какая-то комбинация того и другого. Некоторые женщины, выбирающие первое, могут со временем поверить в то, что у них нет никакой эго-идентичности за пределами материнской роли. Так как традиционное общество часто диктует пассивное принятие «женских» ценностей и стремлений, современная женщина на пути к достижению идентичности переживает серьезный конфликт, связанный с профессиональной занятостью [Goldberg, 1983]. Молодые мужчины также испытывают интенсивное давление в связи с необходимостью делать карьеру. По сравнению с женщинами, на них потенциально более разрушительное действие оказывает конкурентная борьба за выгодные должности: чувство эго-идентичности и личной ценности у них часто висит на волоске.

Членство в группе сверстников. Даже в самых благополучных обстоятельствах время выработки четкой и позитивной эго-идентичности является трудным для подростков. Отвергая родителей как модели для собственной идентичности, подростки часто ищут альтернативный источник поддержки у сверстников, по мере того, как они пересматривают представление о самих себе. В нашей культуре в течение данного периода связи с группами сверстников особенно сильны; их влияние на ценности и установки подростков часто оказывается более значимым, чем влияние родителей, школы, религиозных организаций или любых других социальных структур [Maccoby, 1990]. Эти группы помогают молодым людям сохранить уверенность в себе в то время, когда они переживают поистине драматические физиологические и идеологические изменения. Осознавая свои чувства, а также переживая за своих сверстников, подростки развивают способность совладания с другими озадачивающими, а иногда и пугающими ситуациями.

Эриксон отмечал, что образование подростковых групп, единообразие одежды, телодвижений и мимики, так часто наблюдаемое в подростковых группах, является на самом деле защитой против запутанной, неопределенной идентичности [Erikson, 1968a]. Когда молодые юноши и девушки не осознают четко, что они собой представляют, подражание сверстникам в одежде и поведении дает им некоторое ощущение внутренней стабильности и безопасности. Кроме того, их украшения, стиль причесок и музыка символизируют дистанцированность от родителей и всего того, что связано с миром взрослых. Принадлежность к группам сверстников также обеспечивает возможность испытывать на себе влияние разных новых идеологических систем — политических, социальных, экономических и религиозных. По убеждению Эриксона, привлекательность для подростковых групп различных идеологий и альтернативных жизненных стилей во многом основывается на поиске идентичности. В частности, они находятся в поиске новых личных ценностей, поскольку необходимо найти замену детским правилам. Более того, приобретение умения разделять новые убеждения и действовать в соответствии с новой системой социальных ценностей во время подросткового экспериментирования, а также возможность отвергания старой идеологии может упрочивать возникающее у подростка чувство идентичности.

Алкоголь и наркотики. Чрезвычайно широкое распространение всевозможных наркотических средств, используемых для развлечения, из которых наиболее распространен алкоголь, показывает, что не существует простого объяснения тому, какие факторы приводят подростков к употреблению или зависимости от алкоголя и наркотиков. Непосредственное и долговременное влияние любого наркотика зависит в определенной степени от личности человека, его употребляющего, от его настроения, мотивации, предыдущего опыта приема наркотиков, массы тела и физиологических особенностей, дозы и силы действия наркотика, способа его употребления и обстоятельств, в которых наркотик принимается [Leavitt, 1982]. Эффект наркотика различен не только у разных людей, но и у одного и того же человека в различных ситуациях.

После того, как употребление подростками наркотиков достигло драматически высокого уровня в 60-х и начале 70-х годов, в 80-е годы оно уменьшилось. Результаты национального исследования распространения наркотиков среди старшеклассников в США [Johnston et al., 1988] показывают: уровень употребления наркотиков оставался в основном стабильным в 1980-х, а прием марихуаны и седативных препаратов — даже снизился. Эти данные обнадеживают, хотя нет сомнений в том, что широкое распространение алкоголя и наркотиков мы будем наблюдать и в обозримом будущем.

В зависимости от конкретного человека и конкретного наркотика мотивы начала употребления наркотиков, а также продолжения их приема могут быть разными: от любопытства, поиска острых ощущений, давления сверстников и желания заслужить их одобрение, бегства от стресса и бунта против авторитетов до более философских обоснований, таких как стремление к самопознанию, самосовершенствованию, творчество, духовное просветление и расширение границ познания. Если эти мотивы рассматривать в контексте теории Эриксона, то станет понятна их связь с чувством недостаточной идентичности. Молодые люди, не знающие, что они собой представляют, могут найти опыт приема алкоголя и наркотиков весьма привлекательным в «нащупывании» внешних границ своего «Я».

Они предполагают, что сумеют обнаружить такое измерение себя, которое ускользает от них именно тогда, когда они находятся в трезвом, «правильном» мире.

Употребление алкоголя и наркотиков может также временно ослаблять эмоциональные стрессы, сопровождающие кризис идентичности. Колеблясь в выборе профессии, конфликтуя с родителями, вступая в хрупкие и ненадежные отношения со сверстниками, юноши и девушки могут относиться к наркотикам как к средству, помогающему немедленно выйти за пределы себя. Более того, когда они находятся в одной компании со сверстниками, употребляющими наркотики, нетрудно понять, как на них можно «надавить», особенно если еще и статус в группе зависит от употребления наркотика. Человек с установившейся эго-идентичностью может сопротивляться подобному давлению, а подросткам с диффузной идентичностью, вероятно, трудно не подчиниться.

Было бы ошибочным полагать, что все грани поведения подростков можно объяснить с позиции теории Эриксона. Тем не менее, концепция кризиса идентичности представляет собой выдающийся теоретический подход, позволяющий понять множество психологических проблем подросткового периода. Пытаясь объяснить основные линии психосоциального развития, Эриксон внес большой и прочный вклад в теорию личности.

ДРУГИЕ ПРИМЕРЫ ПЕРЕСМОТРА ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ: АКЦЕНТ НА КУЛЬТУРНЫХ И МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ФАКТОРАХ

Многие другие постфрейдисты, придерживающиеся психодинамической ориентации, подобно Эриксону, придавали особо большое значение роли культурных и межличностных факторов в формировании личности. Хотя они чувствовали себя обязанными Фрейду, но, признавая значение опыта раннего детства и соглашаясь с концепцией динамики тревоги и защитных механизмов, все они отошли от теории Фрейда. А именно, эти теоретики отвергли идею о том, что поведение человека можно объяснить в терминах инстинктивных побуждений биологической природы. Они признали, что Фрейду не удалось раскрыть влияние факторов окружающей среды на развитие личности и психопатологические проявления. Соответственно, многие из них выступили против высказывания Фрейда о том, что «анатомия — это судьба». По их мнению, личностные различия между полами можно понять только в контексте социокультурных влияний. Коротко рассмотрим две ключевые фигуры, чьи теории существенно отличались от традиционного психоанализа. Это Эрих Фромм и Карен Хорни. Оба эти реформатора выдвинули теории, в которых нашли свое отражение наиболее заметные темы постфрейдистского психодинамического направления.

ЭРИХ ФРОММ: ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

Ни один теоретик не смог настолько выразительно обрисовать социальные детерминанты личности, как Эрих Фромм. Как представитель гуманистического направления, Фромм утверждал, что поведение человека может быть понято только



Эрих Фромм (1900–1980).

в свете влияний культуры, существующих в данный конкретный момент истории. Он был убежден, что потребности, свойственные только человеку, эволюционировали в ходе истории человечества, а различные социальные системы, в свою очередь, оказывали влияние на выражение этих потребностей. С точки зрения Фромма, личность является продуктом динамического взаимодействия между врожденными потребностями и давлением социальных норм и предписаний. Он первым сформулировал теорию типов характера, основанную на социологическом анализе того, как люди в обществе активно формируют социальный процесс и саму культуру.

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Эрих Фромм (Erich Fromm) родился в 1900 году во Франкфурте, Германия. Он был единственным ребенком родителей-евреев. Фромм вырос, зная два разных мира — ортодоксальный еврейский и христианский, где он время от времени сталкивался с антисемитизмом. Семья Фромма была далеко не идеальной. Он описывал своих родителей как «очень невротичных», а себя как «невыносимо невротичного ребенка» [Funk, 1982].

Когда в Европе вспыхнула первая мировая война, Фромму было 14 лет. Хотя он был слишком молод, чтобы воевать, он был поражен окружавшей его людской иррациональностью и разрушительными наклонностями. Позднее он писал: «Я был глубоко озабоченным молодым человеком, которого мучил вопрос, как оказалась возможной эта война, а также желание понять иррациональность поведения человеческих масс и страстное желание мира и понимания между народами» [Fromm, 1962, p. 9]. В ответах на эти вопросы видно огромное влияние Фрейда и Карла Маркса. Труды Фрейда помогли ему понять, что люди не осознают причин своего поведения. Читая Маркса, он усвоил, что социально-политические силы существенно влияют на жизнь людей.

В отличие от Фрейда, Юнга и Адлера, Фромм не имел медицинского образования. Он изучал психологию, социологию и философию, получил степень доктора философии в Гейдельбергском университете в 1922 году. Он продолжил свое психоаналитическое образование в Берлинском психоаналитическом институте. В 1934 году Фромм эмигрировал в Соединенные Штаты Америки, стремясь избежать нацистской угрозы. Он начал вести частную практику в Нью-Йорке. Первую свою книгу «Бегство от свободы» Фромм опубликовал в 1941 году. В ней он показал особое значение способов, какими общественные силы и идеологии формируют структуру характера индивидуума. Это направление, получившее развитие в большом количестве последующих книг, принесло Фромму членство в Международной психоаналитической ассоциации [Roazen, 1973].

В 1945 году Фромм стал сотрудником Института психиатрии Уильяма Алансона Уайта. В дальнейшем он читал лекции во многих университетах США и занимал должность профессора психиатрии в Национальном университете в Мехико с 1949 года до своего ухода в 1965 году. Вместе со своей женой Фромм в 1976 году перебрался в Швейцарию, где скончался от сердечного приступа в 1980 году.

ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ТЕОРИЯ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

Фромм стремился расширить горизонты психоаналитической теории, подчеркивая роль социологических, политических, экономических, религиозных и антропологических факторов в формировании личности. Его интерпретация личности начинается с анализа условий существования человека и их изменений, начиная с конца Средневековья (конец XV века) по наше время. По завершении своего исторического анализа Фромм сделал вывод о том, что неотъемлемой чертой человеческого существования в наше время является одиночество, изоляция и отчужденность [Fromm, 1941/1956]. В то же время он был уверен в том, что для каждого исторического периода было характерно прогрессивное развитие индивидуальности по мере того, как люди боролись за достижение большей личной свободы в развитии всех своих потенциальных возможностей. Однако значительная степень автономии и свободы выбора, которыми наслаждаются люди, живущие в современном западном обществе, были достигнуты ценой утраты чувства полной безопасности и появления ощущения личной незначимости. С точки зрения Фромма, перед сегодняшними мужчинами и женщинами стоит болезненная дилемма. Невиданная свобода от жестких социальных, политических, экономических и религиозных ограничений (как это имеет место сегодня в американской культуре) потребовала компенсации в виде чувства безопасности и чувства принадлежности к социуму. Фромм полагал, что эта *пропасть между свободой и безопасностью* стала причиной беспримерных трудностей в человеческом существовании. Люди борются за свободу и автономию, но сама эта борьба вызывает чувство отчуждения от природы и общества. Люди нуждаются в том, чтобы обладать властью над своей жизнью и иметь право выбора, но им также необходимо чувствовать себя объединенными и связанными с другими людьми. Интенсивность этого конфликта и способы его разрешения зависят, согласно Фромму, от экономических и политических систем общества.

Механизмы бегства

Как люди преодолевают чувства одиночества, собственной незначимости и отчужденности, сопутствующие свободе? Один путь — отказаться от свободы и подавить свою индивидуальность. Фромм описал несколько стратегий, используемых людьми, чтобы «убежать от свободы». Первый из них — *авторитаризм*, определяемый как «тенденция соединить самого себя с кем-то или чем-то внешним, чтобы обрести силу, утраченную индивидуальным „Я“» [Fromm, 1941/1956, p. 163]. Авторитаризм проявляется как в мазохистских, так и в садистских тенденциях. При мазохистской форме авторитаризма люди проявляют в отношениях с окружающими чрезмерную зависимость, подчиненность и беспомощность. Садистская форма, наоборот, выражается в эксплуатации других, доминировании и контроле над ними. Фромм утверждал, что у одного и того же индивидуума обычно присутствуют обе тенденции. Например, в высокоавторитарной военной структуре человек может добровольно подчиняться командам высших офицеров и унижать или жестоко эксплуатировать подчиненных. Второй способ бегства — *деструктивность*. Следуя этой тенденции, человек пытается преодолевать чувство неполноценности, уничтожая или покоряя других. По Фромму, долг, патриотизм и любовь — общераспространенные примеры рационализации деструктивных действий.

Наконец, люди могут избавиться от одиночества и отчужденности путем абсолютного *подчинения* социальным нормам, регулирующим поведение. Термин *конформность автомата* Фромм применял к человеку, который использует данную стратегию, благодаря чему он становится абсолютно таким, как все другие, и ведет себя так, как общепринято. «Индивидуум прекращает быть самим собой; он превращается в такой тип личности, какого требует модель культуры, и поэтому становится абсолютно похожим на других — таким, каким они хотят его видеть» [Fromm, 1941/1956, p. 208]. Фромм полагал, что подобная потеря индивидуальности прочно укоренилась в социальном характере большинства современных людей. Как животные с защитной окраской, люди с конформностью автоматов становятся неотличимыми от своего окружения. Они разделяют те же ценности, преследуют те же карьерные цели, приобретают те же продукты, мыслят и чувствуют как почти каждый в их культуре.

Согласно Фромму, в противовес трем перечисленным механизмам бегства от свободы, существует также опыт позитивной свободы, благодаря которому можно избавиться от чувства одиночества и отстраненности.

Позитивная свобода

Фромм считал, что люди могут быть автономными и уникальными, не теряя при этом ощущения единения с другими людьми и обществом. Он называл вид свободы, при которой человек чувствует себя частью мира и в то же время не зависит от него, *позитивной свободой*. Достижение позитивной свободы требует от людей спонтанной активности в жизни. Фромм отмечал, что спонтанную активность мы наблюдаем у детей, которые обычно действуют в соответствии со своей внутренней природой, а не согласно социальным нормам и запретам. В своей книге «Искусство

любви» [1956/1974], одной из наиболее известных, Фромм подчеркивал, что любовь и труд — это ключевые компоненты, с помощью которых осуществляется развитие позитивной свободы посредством проявления спонтанной активности. Благодаря любви и труду люди вновь объединяются с другими, не жертвуя при этом своим ощущением индивидуальности или целостности.

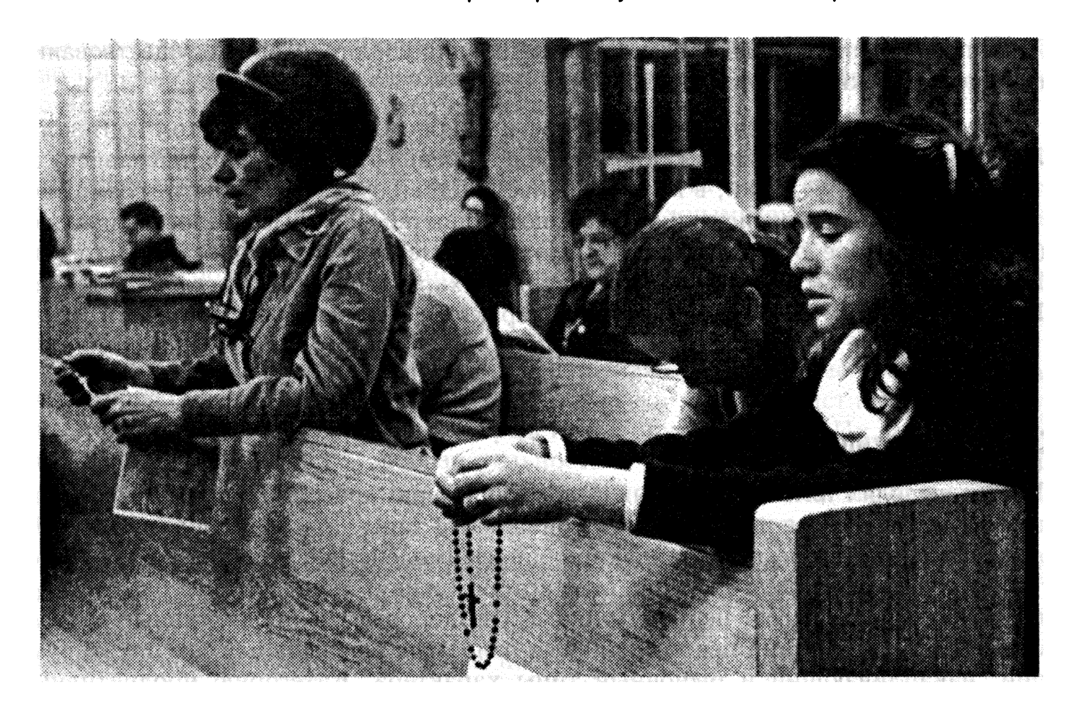
Экзистенциальные потребности человека

До сих пор мы говорили о том, что Фромм описывает существование человека в терминах отделения от природы и изоляции от окружающих. Помимо этого, по его убеждению, в природе человека заложены уникальные экзистенциальные потребности. Они не имеют ничего общего с социальными и агрессивными инстинктами. Фромм утверждал, что конфликт между стремлением к свободе и стремлением к безопасности представляет собой наиболее мощную мотивационную силу в жизни людей [Fromm, 1973]. Дихотомия свобода—безопасность, этот универсальный и неизбежный факт природы человека, обусловлен экзистенциальными потребностями. Фромм выделил пять основных экзистенциальных потребностей человека.

1. *Потребность в установлении связей.* Чтобы преодолеть ощущение изоляции от природы и отчужденности, всем людям необходимо о ком-то заботиться, принимать в ком-то участие и нести ответственность за кого-то. Идеальный путь связи с миром осуществляется посредством «продуктивной любви», помогающей людям трудиться вместе и в то же время сохранять свою индивидуальность. Если потребность в установлении связей не удовлетворена, люди становятся нарциссичными: они отстаивают только свои эгоистические интересы и не способны доверяться другим.

2. *Потребность в преодолении.* Все люди нуждаются в преодолении своей пассивной животной природы, чтобы стать активными и творческими созидателями своей жизни. Оптимальное разрешение этой потребности заключается в созидании. Дело созидания (идеи, искусство, материальные ценности или воспитание детей) позволяет людям подняться над случайностью и пассивностью их существования и тем самым достичь чувства свободы и собственной значимости. Невозможность удовлетворения этой жизненно важной потребности является причиной деструктивности.

3. *Потребность в корнях.* Люди нуждаются в том, чтобы ощущать себя неотъемлемой частью мира. Согласно Фромму, эта потребность возникает с самого появления на свет, когда разрываются биологические связи с матерью [Fromm, 1973]. К концу детства каждый человек отказывается от безопасности, которую обеспечивает родительская опека. В поздней зрелости каждый человек сталкивается с реальностью отрыва от самой жизни, когда приближается смерть. Поэтому на протяжении всей своей жизни люди испытывают потребность в корнях, основах, в чувстве стабильности и прочности, сходным с ощущением безопасности, которое в детстве давала связь с матерью. Наоборот, те, кто сохраняют симбиотические связи со своими родителями, домом или сообществом как способ удовлетворения своей потребности в корнях, не способны ощущать свою личностную целостность и свободу.



Фромм полагал, что религия часто обеспечивает людей опорной ориентацией, придающей смысл их жизни.
(Jack Spratt/The Image Works)

4. *Потребность в идентичности.* Фромм считал, что все люди испытывают внутреннюю потребность тождества с самими собой; в идентичности, благодаря которой они чувствуют свою непохожесть на других и осознают, кто и что они на самом деле. Короче говоря, каждый человек должен быть способным сказать: «Я — это я». Индивидуумы с ясным и отчетливым осознанием своей индивидуальности воспринимают себя как хозяев своей жизни, а не как постоянно следующих чьим-то указаниям. Копирование чьего-либо поведения, доходящее даже до степени слепой конформности, не дает возможности человеку достичь подлинного чувства идентичности.

5. *Потребность в системе взглядов и преданности.* Наконец, согласно Фромму, людям необходима стабильная и постоянная опора для объяснения сложности мира. Эта система ориентации представляет собой совокупность убеждений, позволяющих людям воспринимать и постигать реальность, без чего они постоянно оказывались бы в тупике и были неспособны действовать целеустремленно. Фромм особо подчеркивал значение формирования объективного и рационального взгляда на природу и общество [Fromm, 1981]. Он утверждал, что рациональный подход абсолютно необходим для сохранения здоровья, в том числе и психического.

Люди нуждаются также и в объекте преданности, в посвящении себя чему-то или кому-то (высшей цели или Богу), в чем заключался бы для них смысл жизни.

Такое посвящение дает возможность преодоления изолированного существования и наделяет жизнь смыслом.

Рассматривая человеческие потребности в экономико-политическом контексте, Фромм утверждал, что выражение и удовлетворение этих потребностей зависит от типа социальных условий, в которых живет индивидуум. В сущности, возможности удовлетворения экзистенциальных потребностей, которые предоставляет людям определенное общество, формируют у них структуру личности — то, что Фромм называл «основными ориентациями характера». Более того, в теории Фромма, как и у Фрейда, ориентации характера человека рассматриваются как стабильные и не меняющиеся со временем.

Социальные типы характера

Фромм выделял пять социальных типов характера, превалирующих в современных обществах [Fromm, 1947]. Эти социальные типы, или формы установления отношений с другими, представляют собой взаимодействие экзистенциальных потребностей и социального контекста, в котором живут люди. Фромм разделил их на два больших класса: непродуктивные (нездоровые) и продуктивные (здоровые) типы. К категории непродуктивных относятся рецептивный, эксплуатирующий, накапливающий и рыночный типы характера. Категорию продуктивных представляет тип идеального психического здоровья в понимании Фромма. Фромм отмечал, что ни один из этих типов характера не существует в чистом виде, поскольку непродуктивные и продуктивные качества сочетаются у разных людей в разных пропорциях. Следовательно, влияние данного социального типа характера на психическое здоровье или болезнь зависит от соотношения позитивных и негативных черт, проявляющихся у индивидуума.

1. *Рецептивные типы* убеждены в том, что источник всего хорошего в жизни находится вне их самих. Они открыто зависимы и пассивны, не способны делать что-либо без посторонней помощи и думают, что их основная задача в жизни — скорее быть любимыми, чем любить. Рецептивных индивидуумов можно охарактеризовать как пассивных, доверчивых и сентиментальных. Если отбросить крайности, то люди с рецептивной ориентацией могут быть оптимистичными и идеалистичными.

2. *Эксплуатирующие типы* берут все, что им нужно или о чем они мечтают, силой или изобретательностью. Они тоже неспособны к творчеству, и поэтому добиваются любви, обладания, идей и эмоций, заимствуя все это у других. Негативными чертами эксплуатирующего характера являются агрессивность, надменность и самонадеянность, эгоцентризм и склонность к соблазнению. К положительным качествам относятся уверенность в себе, чувство собственного достоинства и импульсивность.

3. *Накапливающие типы* пытаются обладать как можно большим количеством материальных благ, власти и любви; они стремятся избегать любых поползновений на свои накопления. В отличие от первых двух типов, «накопители» тяготеют к прошлому, их отпугивает все новое. Они напоминают анально-удер-

живающую личность по Фрейду: ригидные, подозрительные и упрямые. Согласно Фромму, у них есть и некоторые положительные особенности — предусмотрительность, лояльность и сдержанность.

4. *Рыночный тип* исходит из убеждения, что личность оценивается как товар, который можно продать или выгодно обменять. Эти люди заинтересованы в сохранении приятной внешности, знакомствах с нужными людьми и готовы продемонстрировать любую личностную черту, которая повысила бы их шансы на успех в деле продажи себя потенциальным заказчикам. Их отношения с окружающими поверхностны, их девиз — «Я такой, каким вы хотите меня видеть» [Fromm, 1947, p. 73].

Кроме предельной отстраненности, рыночная ориентация может быть описана с помощью следующих ключевых черт характера: оппортунистический, бесцельный, бестактный, неразборчивый в средствах и опустошенный. Их положительные качества — открытость, любознательность и щедрость. Фромм рассматривал «рыночную» личность как продукт современного капиталистического общества, сформировавшегося в США и западноевропейских странах.

5. В противоположность непродуктивной ориентации, *продуктивный характер* представляет собой, с точки зрения Фромма, конечную цель в развитии человека. Этот тип — независимый, честный, спокойный, любящий, творческий и совершающий социально-полезные поступки. Из работ Фромма видно, что он рассматривал эту ориентацию как ответ на противоречия человеческого существования, присущие обществу [Fromm, 1955, 1968]. В ней проявляется способность человека к продуктивному логическому мышлению, любви и труду. Благодаря продуктивному мышлению люди узнают, кто они такие, и поэтому освобождаются от самообмана. Сила продуктивной любви дает возможность людям горячо любить все живое на Земле (биофилия). Фромм определял биофилию с помощью таких качеств, как забота, ответственность, уважение и знание. Наконец, продуктивный труд обеспечивает возможность производства предметов, необходимых для жизни, благодаря творческому самовыражению. Результатом реализации всех вышеперечисленных сил, свойственных всем людям, является зрелая и целостная структура характера.

По существу, продуктивная ориентация в гуманистической теории Фромма — это идеальное состояние человека. Вряд ли кто-нибудь достигал всех характеристик продуктивной личности. В то же время Фромм был убежден, что в результате коренной социальной реформы продуктивная ориентация может стать доминирующим типом в любой культуре. Совершенное общество рисовалось Фромму таким, в котором находят удовлетворение базисные потребности человека [Fromm, 1968]. Он называл это общество гуманистическим общинным социализмом.

Заключительные комментарии

Теория Фромма пытается показать, как обширные социокультурные влияния взаимодействуют с уникальными человеческими потребностями в процессе формирования личности. Его принципиальный тезис заключался в том, что структура характера (типы личности) связана с определенными социальными структурами.

Придерживаясь гуманистических традиций, он также утверждал, что в результате радикальных социальных и экономических изменений можно создать общество, в условиях которого удовлетворялись бы и индивидуальные, и общественные потребности.

К сожалению, большинство теоретических убеждений Фромма, особенно его теория развития характера, были сформулированы настолько глобально, что они недоступны эмпирическому изучению. Фактически, было сделано очень мало подобных попыток [Maccoby, 1981, 1988]. Изучение клинических случаев и наблюдения над другими культурами представляет собой единственный источник подтверждения его концепции. Тем не менее, книги Фромма не утратили своей популярности как в профессиональной среде, так и среди простых читателей во всем мире. Бесчисленное множество людей считают его убедительные и наталкивающие на размышления комментарии по широкому спектру социальных проблем созвучными современности.

КАРЕН ХОРНИ: СОЦИОКУЛЬТУРНАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

Карен Хорни так же, как Адлер, Юнг, Эриксон и Фромм, следовала основополагающим принципам теории Фрейда. Наиболее важный вопрос, по которому она дискутировала с Фрейдом, — это решающая роль физической анатомии в обусловливании психологических различий между женщинами и мужчинами. Хорни полагала, что высказывания Фрейда о психологии женщины, особенно его заявления о том, что женщинами движет «зависть к пенису», являются нелогичными и привязанными к культуре Вены XIX века. Хорни также возражала против его теории инстинктов и считала, что психоанализ должен придерживаться более широкой социокультурной ориентации.

В своих работах Хорни подчеркивала важность культурных и социальных влияний на личность. Хотя ее теория относится в большей степени к больным неврозами, чем к здоровым личностям, многие из ее идей привели к значительным открытиям в понимании индивидуальных различий и межличностных отношений.

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Карен Хорни (Karen Horney), урожденная Даниэльсон, родилась в Германии, неподалеку от Гамбурга в 1885 году. Ее отец был морским капитаном, глубоко верующим человеком, убежденным в превосходстве мужчин над женщинами. Ее мать, датчанка, привлекательная и свободомыслящая женщина была на 18 лет моложе своего мужа. Большую часть детства и отрочества Хорни мучали сомнения в своих достоинствах, усугублявшиеся ощущением внешней непривлекательности. Чувство своей малоценности она компенсировала, став превосходной студенткой. Позднее она призналась: «Поскольку я не могла стать красавицей, я решила стать умной» [Rubins, 1978, p. 14].

В 14 лет Хорни приняла решение стать врачом. Цель была достигнута в 1906 году, когда она поступила в Университет во Фрайбурге и стала первой жен-



Карен Хорни (1885–1952).

щиной в Германии, получившей разрешение изучать медицину. Там она встретила Оскара Хорни, студента-политолога, и вышла за него замуж в 1910 году. Хорни получила медицинскую степень в Берлинском университете в 1915 году. В течение следующих пяти лет она изучала психоанализ в Берлинском психоаналитическом институте. Почти все это время Хорни страдала от тяжелых приступов депрессии и однажды, как сообщают ее биографы, была спасена мужем при попытке самоубийства [Rubins, 1978].

К 1926 году брак Хорни начал разрушаться по мере того, как росла лавина ее личных проблем. Скоропостижная смерть брата, развод родителей и их смерть в течение одного года, растущие сомнения в ценности психоанализа — все это привело ее к совершенно подавленному состоянию. Тем не менее, после развода с мужем в 1927 году она начала делать успешную карьеру как психиатр. Она работала в Берлинском психиатрическом институте и была очень увлечена преподаванием, написанием научных работ и путешествиями.

В 1932 году, во время Великой депрессии, Хорни переселилась в Соединенные Штаты. Она была принята на должность помощника директора в Чикагском психоаналитическом институте. Спустя два года она переехала в Нью-Йорк, где читала лекции в Нью-Йоркском психоаналитическом институте. Усиливающееся расхождение ее взглядов с доктриной Фрейда вынудило сотрудников института дисквалифицировать ее как инструктора по психоанализу в 1941 году. Вскоре после этого она основала Американский институт психоанализа. Хорни была деканом этого института до самой своей смерти от рака в 1952 году.

СОЦИОКУЛЬТУРНАЯ ТЕОРИЯ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

Толчком к формированию социокультурного взгляда на личность послужили три основных соображения Хорни. Во-первых, она отвергала высказывания Фрейда относительно женщин и особенно его утверждение о том, что их биологическая

природа предопределяет зависть к пенису. Это была отправная точка в ее расхождениях с ортодоксальной фрейдовской позицией. Во-вторых, во время пребывания в Чикаго и Нью-Йорке она обменивалась мнениями с такими выдающимися учеными, как Эрих Фромм, Маргарет Мид и Гарри Стэк Салливен. Благодаря им окрепла ее убежденность в том, что социокультурные условия оказывают глубокое влияние на развитие и функционирование индивидуума. В-третьих, клинические наблюдения над пациентами, которых она вела в Европе и Соединенных Штатах, показали поразительные различия в их личностной динамике, что явилось подтверждением влияния культурных факторов. Эти наблюдения привели ее к выводу о том, что в основе нарушений функционирования личности лежат уникальные стили межличностных отношений.

Развитие личности

Хорни соглашалась с мнением Фрейда о значении детских переживаний для формирования структуры и функционирования личности у взрослого [Horney, 1959]. Несмотря на общность основных позиций, оба ученых расходились во мнениях по вопросу о специфике формирования личности. Хорни не приняла утверждений Фрейда о существовании универсальных психосексуальных стадий и о том, что сексуальная анатомия ребенка диктует определенную направленность дальнейшего развития личности. Согласно ее убеждениям, решающим фактором в развитии личности являются социальные отношения между ребенком и родителями.

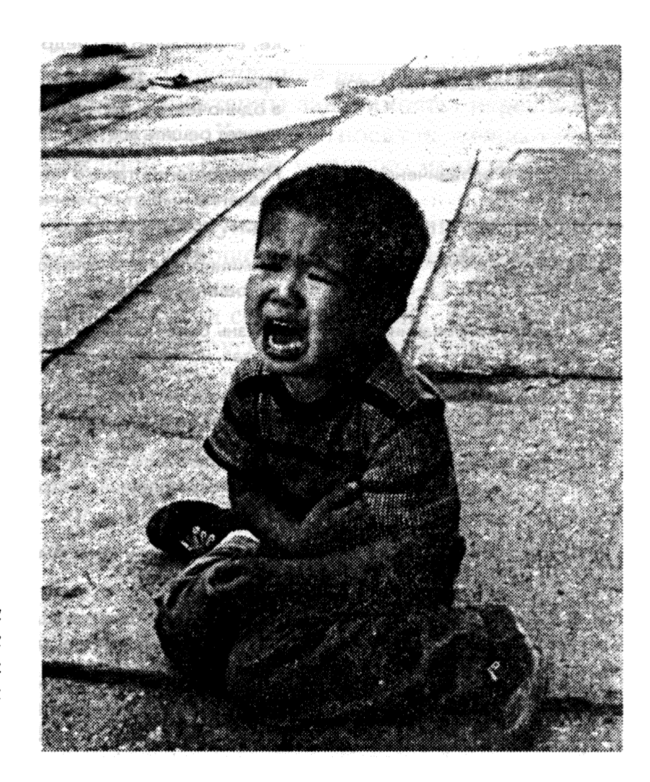
Согласно Хорни, для детства характерны две потребности: потребность в *удовлетворении* и потребность в *безопасности* [Horney, 1939]. Удовлетворение охватывает все основные биологические нужды: в пище, сне и т. д. Хотя Хорни придавала значение удовлетворению потребностей в обеспечении физического выживания, она не считала, что они играют основную роль в формировании личности. Главной в развитии ребенка является потребность в безопасности. В данном случае основополагающий мотив — быть любимым, желанным и защищенным от опасности или враждебного мира. Хорни считала, что в удовлетворении этой потребности безопасности ребенок полностью зависит от своих родителей. Если родители проявляют истинную любовь и тепло в отношении к ребенку, тем самым удовлетворяется его потребность в безопасности. Благодаря этому вероятнее всего сформируется здоровая личность. И наоборот, если поведение родителей препятствует удовлетворению потребности в безопасности, весьма вероятно патологическое развитие личности. Многие моменты в поведении родителей могут фрустрировать потребность ребенка в безопасности: неустойчивое, сумасбродное поведение, насмешки, невыполнение обещаний, чрезмерная опека, а также оказание явного предпочтения его братьям и сестрам [Horney, 1945]. Однако основным результатом подобного дурного обращения со стороны родителей является развитие у ребенка установки *базальной враждебности*. В этом случае ребенок оказывается между двух огней: он зависит от родителей и в то же время испытывает по отношению к ним чувства обиды и негодования. Этот конфликт приводит в действие такие защитные механизмы, как вытеснение. В результате поведение ребенка, не ощущающего безопасности в родительской семье, направляется чувствами беспомощности, страха, любви и вины, выполняющими роль психо-

логической защиты, цель которой — подавление враждебных чувств по отношению к родителям, чтобы выжить [Horney, 1950, p. 18].

К сожалению, подавленные чувства негодования и враждебности, причиной возникновения которых являются родители, не существуют сами по себе: они проявляются во всех взаимоотношениях ребенка с другими людьми как в настоящем, так и в будущем. В подобном случае говорят, что у ребенка наблюдается *базальная тревога*, «ощущение одиночества и беспомощности перед лицом потенциально опасного мира» [Horney, 1950, p. 18]. Базальная тревога — это интенсивное и всепроникающее ощущение отсутствия безопасности — является одной из основополагающих концепций Хорни.

Базальная тревога: этиология неврозов

В отличие от Фрейда, Хорни не считала, что тревога является необходимым компонентом в психике человека. Наоборот, она утверждала, что тревога возникает в результате отсутствия чувства безопасности в межличностных отношениях. В общем, по мнению Хорни, все то, что в отношениях с родителями разрушает ощущение безопасности у ребенка, приводит к базальной тревоге. Соответственно, этиологию невротического поведения следует искать в нарушенных отношениях между ребенком и родителем. Как вы помните, если ребенок ощущает любовь и



Согласно Хорни, базальная тревога развивается на основе чувства одиночества, беспомощности и заброшенности во враждебном окружении.
(E. Budd Gray /Jeroboam)

9 Зак. 1212

принятие себя, он чувствует себя в безопасности и скорее всего будет развиваться нормально. С другой стороны, если он не ощущает себя в безопасности, у него развивается враждебность по отношению к родителям, и эта враждебность, в конце концов, трансформировавшись в базальную тревогу, будет направляться на каждого. С точки зрения Хорни, выраженная базальная тревога у ребенка ведет к формированию невроза у взрослого.

Невротические потребности: стратегии компенсации базальной тревоги

Чтобы справиться с чувствами недостаточной безопасности, беспомощности и враждебности, присущими базальной тревоге, ребенок часто вынужден прибегать к разным защитным стратегиям. Хорни описала десять таких стратегий, получивших название *невротических потребностей,* или невротических тенденций [Horney, 1942]. Они представлены в табл. 5–3 вместе с соответствующими стилями поведения.

Таблица 5–3. **Десять невротических потребностей, описанных Хорни**

Избыточная потребность	Проявления в поведении
1. В любви и одобрении	Ненасытное стремление быть любимым и объектом восхищения со стороны других; повышенная чувствительность и восприимчивость к критике, отверганию или недружелюбию
2. В руководящем партнере	Чрезмерная зависимость от других и боязнь получить отказ или остаться в одиночестве; переоценка любви — убежденность в том, что любовь может решить все
3. В четких ограничениях	Предпочтение такого жизненного стиля, при котором первостепенное значение имеют ограничения и установленный порядок; нетребовательность, довольствование малым и подчинение другим
4. Во власти	Доминирование и контроль над другими как самоцель; презрительное отношение к слабости
5. В эксплуатировании других	Боязнь быть используемым другими или боязнь выглядеть «тупым» в их глазах, но нежелание предпринять что-нибудь такое, чтобы перехитрить их
6. В общественном признании	Желание быть объектом восхищения со стороны других; представление о себе формируется в зависимости от общественного статуса
7. В восхищении собой	Стремление создать приукрашенный образ себя, лишенный недостатков и ограничений; потребность в комплиментах и лести со стороны окружающих
8. В честолюбии	Сильное стремление быть самым лучшим, невзирая на последствия; страх неудачи
9. В самодостаточности и независимости	Избегание любых отношений, предполагающих взятие на себя каких-либо обязательств; дистанцирование от всех и вся
10. В безупречности и неопровержимости	Попытки быть морально непогрешимым и безупречным во всех отношениях; поддержание впечатления совершенства и добродетели

Хорни утверждала, что эти потребности присутствуют у всех людей. Они помогают справляться с чувствами отверженности, враждебности и беспомощности, неизбежными в жизни. Однако невротик, реагируя на различные ситуации, использует их негибко. Он принудительно полагается лишь на одну из всех возможных потребностей. Здоровый человек, напротив, легко заменяет одну другой, если этого требуют меняющиеся обстоятельства. Например, когда возникает потребность в любви, здоровый человек пытается ее удовлетворить. Когда возникает потребность во власти, он также пытается ее удовлетворить и так далее. Хорни поясняет, что невротик, в отличие от здорового, избирает какую-то одну потребность и использует ее без разбору во всех социальных взаимодействиях. «Если он нуждается в любви, то должен получить ее от друга и врага, от работодателя и чистильщика обуви» [Horney, 1942, p. 39]. Короче говоря, потребность определенно имеет характер невротической, если человек неутомимо пытается превратить ее удовлетворение в способ жизни.

Ориентация на людей, от людей и против людей

В своей книге «Наши внутренние конфликты» (1945) Хорни разделила список из десяти потребностей на три основные категории. Каждая из категорий представляет собой стратегию оптимизации межличностных отношений с целью достижения чувства безопасности в окружающем мире. Иначе говоря, их действие заключается в снижении тревоги и достижении более или менее приемлемой жизни. Кроме того, каждой стратегии сопутствует определенная основная ориентация в отношениях с другими людьми.

Ориентация на людей: уступчивый тип. *Ориентация на людей* предполагает такой стиль взаимодействия, для которого характерны зависимость, нерешительность и беспомощность. Человеком, которого Хорни относит к *уступчивому типу*, руководит иррациональное убеждение: «Если я уступлю, меня не тронут» [Horney, 1937, p. 97].

Уступчивому типу необходимо, чтобы в нем нуждались, любили его, защищали и руководили им. Такие люди завязывают отношения с единой целью избежать чувства одиночества, беспомощности или ненужности. Однако за их любезностью может скрываться подавленная потребность вести себя агрессивно. Хотя и кажется, что такой человек смущается в присутствии других, держится в тени, под этим поведением часто скрываются враждебность, злость и ярость.

Ориентация от людей: обособленный тип. *Ориентация от людей* как стратегия оптимизации межличностных отношений обнаруживается у тех индивидуумов, которые придерживаются защитной установки: «Мне все равно». Такие люди, которых Хорни относит к *обособленному типу*, руководствуются ошибочным убеждением: «Если я отстранюсь, со мной будет все в порядке» [Horney, 1937, p. 99].

Для обособленного типа характерна установка никоим образом не дать себя увлечь, идет ли речь о любовном романе, работе или отдыхе. В результате они утрачивают истинную заинтересованность в людях, привыкают к поверхностным наслаждениям — они просто бесстрастно идут по жизни. Для этой стратегии характерно стремление к уединенности, независимости и самодостаточности.

Ориентация против людей: враждебный тип. *Ориентация против людей* — это такой стиль поведения, для которого характерно доминирование, враждебность и эксплуатация. Человек, относящийся к враждебному типу, действует, исходя из иллюзорного убеждения: «У меня есть власть, никто меня не тронет» [Horney, 1973, p. 98].

Враждебный тип придерживается мнения, что все другие люди агрессивны и что жизнь — это борьба против всех. Поэтому любую ситуацию или отношения он рассматривает с позиции: «Что я буду от этого иметь?», независимо от того, о чем идет речь — деньгах, престиже, контактах или идеях. Хорни отмечала, что враждебный тип способен действовать тактично и дружески, но его поведение в итоге всегда нацелено на обретение контроля и власти над другими. Все направлено на повышение собственного престижа, статуса или удовлетворение личных амбиций. Таким образом, в данной стратегии выражается потребность эксплуатировать других, получать общественное признание и восхищение.

Как и все 10 невротических потребностей, каждая из трех межличностных стратегий предназначена для уменьшения чувства тревоги, вызванного социальными влияниями в детстве. С точки зрения Хорни, эти основополагающие стратегии в межличностных отношениях когда-либо применяет каждый из нас. Более того, по Хорни, все эти три стратегии находятся между собой в состоянии конфликта как у здоровой, так и у невротической личности. Однако у здоровых этот конфликт не несет в себе такого сильного эмоционального заряда, как у больных неврозами. Здоровому человеку присуща большая гибкость, он способен менять стратегии сообразно обстоятельствам. А невротик не в состоянии сделать правильный выбор между этими тремя стратегиями, когда он решает встающие перед ним вопросы или строит отношения с другими. Он использует только одну из трех стратегий совладания, годится она в данном случае или нет. Из этого следует, что невротик, по сравнению со здоровым человеком, ведет себя и менее гибко, и не так эффективно при решении жизненных проблем.

Психология женщины

Как упоминалось выше, Хорни не соглашалась почти ни с одним утверждением Фрейда в отношении женщин [Horney, 1926]. Она полностью отвергала его взгляд, согласно которому женщины завидуют мужскому пенису и упрекают своих матерей за то, что лишены этого органа. Она также считала ошибочным мнение Фрейда, утверждавшего, что женщина неосознанно стремится родить сына и таким образом символически обрести пенис. Хорни выразила протест против подобного унизительного для женщин взгляда в своих рассуждениях о том, что мужчины испытывают *зависть к матке*, в чем выражается неосознанная ревность мужчин к способности женщин рожать и кормить детей. Наконец, Хорни пришла к заключению, что психоанализ был создан «мужским гением, и почти все, кто развивал идеи психоанализа, были мужчинами» [Horney, 1926/1967, p. 54]. Надо отметить, что оппозиция Хорни взглядам Фрейда на женщин в то время вызвала большую полемику. Ее дисквалифицировали как инструктора по психоанализу и в конце концов отстранили от этого преимущественно мужского научного направления. Однако, будучи первой крупной феминисткой, она добилась большего,

чем просто критика Фрейда. Она выдвинула свою теорию психологии женщины, содержащую новый взгляд на различия между мужчинами и женщинами в контексте социокультурных влияний.

Хорни настойчиво утверждала, что женщины часто чувствуют себя неполноценными по сравнению с мужчинами, потому что их жизнь основывается на экономической, политической и психосоциальной зависимости от мужчин. Исторически сложилось так, что к женщинам относились, как к существам второго сорта, не признавали равенства их прав с правами мужчин и воспитывали так, чтобы они признавали мужское «превосходство». Социальные системы, с их мужским доминированием, постоянно вынуждают женщин чувствовать себя зависимыми и несостоятельными. Хорни доказывала, что многие женщины стремятся стать более маскулинными, но не из зависти к пенису. Она рассматривала «переоценку» женщинами маскулинности скорее как проявление стремления к власти и привилегиям. «В желании быть мужчиной может выражаться проявление желания обладать всеми теми качествами или привилегиями, которые наша культура считает маскулинными — такими как сила, смелость, независимость, успех, сексуальная свобода, право выбирать партнера» [Horney, 1939, p. 108].

Хорни также обращала внимание на ролевые контрасты, от которых страдают многие женщины в отношениях с мужчинами, в особенности выделяя контраст между традиционной женской ролью жены и матери и такой более либеральной ролью, как выбор карьеры или достижение других целей [Horney, 1926/1967]. Она полагала, что этот ролевой контраст объясняет те невротические потребности, которые мы можем увидеть у женщин в любовных отношениях с мужчинами.

Идеи Хорни, подчеркивающие значение культуры и половых ролей, хорошо согласуются с сегодняшним феминистским мировоззрением [Westkott, 1986]. Хорни приветствовала стремительные изменения в ролевом поведении и отношениях между полами, наблюдающиеся в современном обществе. Ее многочисленные статьи, посвященные психологии женщины, часто цитируют современные исследователи.

Заключительные комментарии

Теория Хорни почти целиком основана на клинических наблюдениях. Ее объяснение неврозов как проявления нарушенных отношений, сопровождающееся описанием клинических случаев, можно считать наиболее значительным вкладом в современную теорию личности. Тем не менее, интерес Хорни почти исключительно к клиническим проявлениям неврозов, к патологии, существенно снижает сферу применения ее теории. К чести Хорни, она всегда стремилась к точности и ясности в рассуждениях о причинах и развитии неврозов. В ее размышлениях чувствуется также оптимистический взгляд на человечество, основанный на убеждении в том, что у каждого человека есть способности к позитивному личностному росту.

К сожалению, в литературе, посвященной экспериментальным исследованиям, не встречается ни прямых доказательств ее концепций, ни опровержений. Но, несмотря на это, ее теоретические и клинические идеи имеют огромный отклик. Она много писала специально для людей, не имеющих профессиональной подготовки в этой области, и ее книги пользуются сегодня большой популярностью. Таким образом, подход Хорни к личности представляет не только исторический интерес.

РЕЗЮМЕ

Различные теоретики постфрейдистского направления, пересматривая психоаналитическую теорию, придавали особое значение эго и его функциям. Эрик Эриксон, один из наиболее выдающихся эго-психологов, сделал упор на динамику развития эго на протяжении жизненного цикла. Он рассматривал личность как объект влияния социальных и исторических сил. В отличие от Фрейда, у Эриксона эго предстает как автономная личностная структура. Его теория сфокусирована на качествах эго, появляющихся в предсказуемые периоды жизни. Значение социальных и культурных влияний в формировании личности характерно и для теорий Эриха Фромма и Карен Хорни.

Эриксон утверждает, что эго проходит в своем развитии через несколько универсальных стадий. Согласно его эпигенетической концепции развития человека, каждая стадия жизненного цикла наступает в оптимальное время. Последовательное развертывание жизненных стадий — результат взаимодействия биологического созревания индивидуума с расширяющимся пространством его социальных связей.

С точки зрения Эриксона, жизненный цикл человека включает восемь психосоциальных стадий. Для каждой из них характерен определенный тип кризиса или решающий этап в жизни человека. Стадии описаны в терминах ведущих психологических конфликтов: 1) базальное доверие — базальное недоверие; 2) автономия — стыд и сомнение; 3) инициативность — вина; 4) трудолюбие — неполноценность; 5) эго-идентичность — ролевое смешение; 6) интимность — изоляция; 7) продуктивность — инертность, застой; 8) эго-интеграция — отчаяние. Индивидуальное своеобразие личности зависит от разрешения этих конфликтов.

Теория Эриксона опирается на его исходные положения о природе человека. В его психосоциальной теории нашли выражение:

- сильная приверженность принципам холизма, инвайронментализма (преобладание влияния социальных факторов) и изменяемости;
- умеренная приверженность принципам детерминизма, рациональности, объективности, проактивности, гетеростаза и познаваемости.

Исследования, посвященные оценке эмпирической валидности теории Эриксона, рассматривались в аспекте таких понятий и явлений, как формы эго-идентичности, достижение идентичности и способность к интимности. Было отмечено, что теория Эриксона послужила стимулом для очень небольшого количества исследований.

Применение теории Эриксона обсуждалось в связи с проблемой понимания поведения подростков в американском обществе. Разные аспекты поведения подростков — проблема выбора карьеры, членство в группе сверстников, употребление алкоголя и наркотиков — объяснялись как частичное отражение кризиса идентичности.

Эрих Фромм продолжил постфрейдистскую тенденцию в персонологии, уделяя особое внимание влиянию на личность социальных и культурных факторов. Он утверждал, что пропасть между свободой и безопасностью дошла до такого предела, что сегодня одиночество, ощущение собственной незначимости и отчужденность стали определяющими признаками жизни современного человека. Определенной частью людей движет желание бегства от свободы, которое осуществля-

ется посредством механизмов авторитаризма, деструктивности, конформности автомата. Здоровый путь освобождения состоит в обретении позитивной свободы благодаря спонтанной активности.

Фромм описал пять экзистенциальных потребностей, присущих исключительно человеку. Эти потребности базируются на конфликтующих между собой стремлениях к свободе и безопасности: потребность в установлении связей, потребность в преодолении, потребность в корнях, потребность в идентичности и потребность в системе взглядов и преданности.

Фромм полагал, что основные ориентации характера являются следствием способа удовлетворения экзистенциальных потребностей, предоставляемого социальными, экономическими и политическими условиями. Непродуктивные типы характера — рецептивный, эксплуатирующий, накапливающий и рыночный. Продуктивный характер, согласно теории Фромма, представляет собой цель развития человечества; в его основе лежат разум, любовь и труд.

Карен Хорни отвергла постулат Фрейда о том, что физическая анатомия определяет личностные различия между мужчиной и женщиной. Она утверждала, что социальные отношения между ребенком и родителями являются решающим фактором в развитии личности. Согласно Хорни, в детстве основными являются потребности в удовлетворении и безопасности. Если поведение родителей не способствует удовлетворению потребности ребенка в безопасности, это приводит к базальной враждебности, а та, в свою очередь, ведет к базальной тревоге. Базальная тревога — ощущение беспомощности во враждебном мире — является основой невроза.

Хорни описала 10 невротических потребностей, которые люди используют с целью совладания с недостатком безопасности и беспомощностью, порожденными базальной тревогой. В отличие от здоровых людей, невротики, реагируя на различные ситуации, опираются только на одну потребность. Впоследствии Хорни объединила невротические потребности в три основные стратегии межличностного поведения: ориентация «от людей», «против людей» и «к людям». У невротической личности обычно преобладает одна из них.

Хорни не соглашалась с Фрейдом по вопросу о зависти женщины к пенису; она предложила вместо этого версию о том, что мужчины испытывают зависть к женщинам из-за способности последних рожать и кормить детей. Она также считала, что женщины могут испытывать чувство неполноценности вследствие своей экономической, политической и психологической зависимости от мужчин. Хорни уделяла особое внимание социокультурным влияниям, особенно мужскому доминированию и дискриминации женщин, в объяснении развития личности женщины.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Каким образом теория Эриксона модифицирует и/или расширяет психоаналитический подход Фрейда к личности?
2. Согласны ли вы с Эриксоном в том, что главным кризисом в подростковом возрасте является эго-идентичность—ролевое смешение? Как вы полагаете, вы сами в какой-то степени испытывали этот кризис? Если да, то как, по-вашему, он мог повлиять на другие сферы вашей жизни (например, выбор карьеры, отношения с родителями, любовные отношения)?

3. Эриксон утверждает, что достижение эго-идентичности — это борьба на протяжении всей жизни. Вы согласны с этим? Если да, то с какими проблемами идентичности может сталкиваться человек в ранней зрелости и в старости?
4. Дайте объяснение четырем статусам эго-идентичности, описанным Марсиа. Какой из них лучше всего характеризует вас и ваших друзей?
5. Согласны ли вы с мнением Фромма о том, что большинство людей сегодня наслаждаются значительной свободой и автономией, но платят за это одиночеством, отсутствием чувства безопасности и отчужденностью?
6. Считаете ли вы, что «рыночная» ориентация характера по Фромму представляет собой доминирующий тип личности в нашем обществе? Если нет, то какая или какие ориентации характера, по-вашему, наиболее распространены сегодня? Поясните вашу позицию.
7. Как объясняет Хорни различия между нормальной и невротической личностью с позиции невротических потребностей или тенденций?
8. Какой тип родительских установок в теории Хорни угрожает или подрывает потребность ребенка в безопасности? Считаете ли вы, что большинство современных родителей чутко относятся к потребности своих детей в безопасности?
9. Теперь, когда вы познакомились с взглядами Эриксона, Фромма и Хорни, можете ли вы увидеть некоторое сходство в их теориях по вопросу личностной динамики? Приведите концепции, подтверждающие ваше мнение.
10. Сравните и укажите различия по взглядах Эриксона, Фромма и Хорни по вопросу влияния событий раннего детства на формирование структуры личности взрослого.

ГЛОССАРИЙ

Автономия (Autonomy). Внутреннее чувство зависимости только от себя самого, способность в определенной степени управлять событиями, влияющими на собственную жизнь.

Базальная враждебность (Basic hostility). В теории Хорни — чувство злости у ребенка по отношению к тем (например, родителям), кто отвергает его или плохо обращается с ним.

Базальная тревога (Basic anxiety). В теории Хорни — всепроникающее чувство одиночества и изоляции во враждебном мире.

Базальное доверие (Basic trust). Внутреннее ощущение, что социальный мир — это безопасное и стабильное место, а опекающие люди заботливы и надежны.

Верность (Fidelity). Психосоциальное позитивное качество, вытекающее из эго-идентичности, благодаря которому юноши и девушки имеют возможность мыслить и действовать согласно идеологии, несмотря на присущие ей противоречия и ограничения.

Взаимозависимость (Mutuality). Термин, использовавшийся Эриксоном для выражения представления, согласно которому потребности и способности разных поколений находятся во взаимной зависимости.

Вина (Guilt). Чувство собственной никчемности и неуверенности в себе у детей, чьи родители не склонны давать им возможность действовать самостоятельно.

Гуманистический общинный социализм (Humanistic communitarian socialism). Описанное Фроммом утопическое общество, в котором находят удовлетворение базисные потребности человека и где он может максимально развивать свой потенциал.

Гуманистический психоанализ (Humanistic psychoanalysis). Сформулированная Фроммом теория личности, в которой подчеркивается роль социологических, политических, экономических, религиозных и антропологических факторов в развитии и формировании характера индивидуума.

Диффузия идентичности (Identity diffusion). Статус эго-идентичности, при котором молодой человек или девушка могут переживать или не переживать кризис идентичности, связанный с выбором карьеры или идеологических убеждений, но, тем не менее, он (она) не делает определенного выбора или еще очень далек от того, чтобы сделать выбор.

Достижение идентичности (Identity achievement). Статус эго-идентичности, характеризующийся переживанием кризиса, связанного с выбором карьеры и идеологических убеждений, в результате чего человек делает твердый выбор того и другого.

Жизненный цикл (Life cycle). Последовательность психосоциальных стадий, следующих друг за другом от рождения до смерти.

Забота (Care). Психосоциальное качество, дающее человеку возможность чувствовать, что кто-то или что-то имеет для него значение.

Изоляция (Isolation). Чувство социальной опустошенности и болезненности, возникающее в результате неспособности достичь интимности.

Инертность (Stagnation). Состояние поглощенности самим собой, при котором индивидуум заботится только об удовлетворении своих потребностей.

Инициатива (Initiative). Связана с возрастом игры и отражает активный интерес к работе других, исследование всего нового, а также внутреннее чувство собственной способности предпринимать активные действия.

Интимность (Intimacy). Сопровождает раннюю зрелость; включает в себя сексуальность, тесные отношения с другими и способность доверяться другому человеку.

Компетентность (Competency). Психосоциальное качество, означающее силу и уверенность, исходящие от чувства собственной успешности и полезности, что дает человеку осознание своей способности эффективно взаимодействовать с окружением.

Кризис идентичности (Identity crisis). В теории Эриксона — период времени, в течение которого молодой человек или девушка напряженно решает такие вопросы, как «что я собой представляю?», «куда я иду?» Молодым людям, мучительно переживающим кризис идентичности, часто недостает ясного представления о собственной социальной роли, и они строят предположения о том, какая роль наиболее подходит им в данной ситуации.

Любовь (Love). Психосоциальное качество, вытекающее из чувства интимности, благодаря которому молодой человек или девушка вверяет себя другому человеку, хранит верность, даже если для этого может потребоваться самоотречение и компромисс.

Мораторий (Moratorium). Статус эго-идентичности, при котором девушка или молодой человек переживает кризис идентичности, связанный с выбором профессии и идеологических убеждений, но их выбор и решения еще слишком неопределенные и общие.

Мудрость (Wisdom). Психосоциальное качество, связанное с чувством целостности «Я» (эго-интеграция), благодаря которому человек признает относительность знаний, приобретенных на протяжении жизни.

Надежда (Hope). Психосоциальное качество, сопряженное с чувством базисного доверия, служащее фундаментом для осознания смысла своего существования.

Накапливающий тип характера (Hoarding character type). В теории Фромма — скупой, упрямый и ориентирующийся на прошлое человек.

Недоверие (Mistrust). Чувство страха, подозрительность и мрачные предчувствия у маленького ребенка по отношению к людям и к миру в целом, сформировавшееся благодаря несостоятельному или отвергающему стилю материнского воспитания.

Неполноценность (Inferiority). Чувство неуверенности и некомпетентности, являющееся следствием недостаточной успешности; низкая самооценка.

Ориентация к людям (Moving toward people). В теории Хорни — стратегия оптимизации межличностных отношений, нацеленная на совладание с базисной тревогой посредством чрезмерной зависимости от других людей; другое название — *уступчивый тип.*

Ориентация от людей (Moving away people). В теории Хорни — стратегия оптимизации межличностных отношений, нацеленная на совладание с базисной тревогой посредством эмоциональной обособленности от других людей; другое название — *обособленный тип.*

Ориентация против людей (Moving against people). В теории Хорни — стратегия оптимизации межличностных отношений, нацеленная на совладание с базисной тревогой посредством доминирования и эксплуатации других людей; другое название — *враждебный тип.*

Отчаяние (Despair). Свойственное пожилым людям чувство, что их жизнь была последовательностью нереализованных способностей и упущенных возможностей.

Потребность в идентичности (Need for identity). По Фромму — уникальная человеческая потребность воспринимать себя отличным от других.

Потребность в корнях (Need for rootedness). По Фромму — экзистенциальная человеческая потребность быть неотъемлемой частью социального мира; потребность ощущать свою принадлежность к нему.

Потребность в преодолении (Need for transcendence). По Фромму — базисная человеческая потребность в преодолении в себе пассивности животной природы, чтобы стать активным и творческим созидателем своей жизни.

Потребность в системе взглядов и преданности (Need for frame of orientation and devotion). По Фромму — потребность индивидуума в стабильной и значимой системе убеждений, позволяющих объяснять сложность социального и физического миров.

Потребность в установлении связей (Need for relatedness). По Фромму — базисная человеческая потребность заботиться о других и принимать в них участие.

Предрешенность (Foreclosure). Статус эго-идентичности, благодаря которому юноша или девушка не переживают кризиса, связанного с выбором карьеры или идеологических убеждений, но, тем не менее, уверенно делают определенный выбор.

Продуктивность (Generativity). Связанная со средним возрастом черта, отражающая заботу о благополучии следующего поколения и благополучии общества, в котором это поколение будет жить и работать.

Продуктивный тип характера (Productive character type). В теории Фромма — целостный, любящий и творческий индивидуум. Представляет собой идеальную конечную цель в развитии человечества.

Психоистория (Psychohistory). Тип исследования, в котором предпринимается попытка связать важные жизненные темы индивидуума с конкретными историческими событиями и обстоятельствами.

Психосоциальный кризис (Psychosocial crisis). Критический период в жизни индивидуума, обусловленный физиологическим созреванием и социальными требованиями; может завершиться как позитивно, так и негативно.

Психосоциальный мораторий (Psychosocial moratorium). Период позднего подросткового возраста, в течение которого индивидууму дается некоторая отсрочка в принятии ролей и ответственности взрослого.

Рыночный тип характера (Marketing character type). В теории Фромма — человек, оценивающий себя как товар, который можно выгодно продать или обменять; предельно отчужденный от других.

Сила воли (Willpower). Психосоциальное качество, связанное с автономией, благодаря которому ребенок учится делать свободный выбор и ограничивать себя.

Стыд (Shame). Чувство гнева у ребенка, направленное на себя, потому что его родители не позволяли ему развивать свою автономию.

Трудолюбие (Industry). Соответствует школьному возрасту и отражает стремление продвигаться вперед, приобретать новые навыки и самостоятельно выполнять задачи.

Цель (Purpose). Психосоциальное качество, вытекающее из чувства инициативы, благодаря которому у ребенка постепенно возрастает способность к целенаправленному поведению.

Эго-идентичность (Ego identity). Совокупность представлений о себе, дающих возможность чувствовать свою уникальность и аутентичность.

Эго-интеграция (Ego integrity). Чувство завершенности на кульминационном отрезке жизненного цикла; проявляется в осознании того, что реализовано главное дело жизни, в том числе работа, достижения и дети.

Эго-психология (Ego psychology). Теоретический подход к личности, базирующийся на психоаналитической теории, однако развивающий новые направления и пути понимания поведения человека и новые линии научного поиска, берущие начало в теории

Фрейда. В эго-психологии скорее эго (понимаемое как рациональность), чем ид, рассматривается в качестве фундамента человеческого поведения и функционирования.

Эксплуатирующий тип характера (Exploitative character type). В теории Фромма — человек, который добивается от других желаемого силой или обманом.

Эпигенетический принцип (Epigenetic principle). Предположение о том, что человек в своем развитии проходит через неизменную последовательность стадий, универсальных для человечества. Каждая стадия сопровождается кризисом, обусловленным биологическим созреванием и социальными требованиями, предъявляемыми личности на данной стадии.

БИБЛИОГРАФИЯ

Adams G. R., Fitch S. A. (1983). Psychological environments of university departments: Effects of college students' identity status and ego stage development. Journal of Personality and Social Psychology, 44, 1266–1275.

Adams G. R., Ryan J. H., Hoffman J. J., Dobson W. R., Nielsen E. C. (1985). Ego identity status, conformity behavior, and personality in late adolescence. Journal of Personality and Social Psychology, 47, 1091–1104.

Bourne E. (1978). The state of research on ego identity: A review and appraisal. I. Journal of Youth and Adolescence, 7, 223–251.

Coles R. (1970). Erik H. Erikson: The growth of his work. Boston: Little, Brown.

Crosby F., Crosby, T. L. (1981). Psychobiography and psychohistory. In S. Long (Ed.). Handbook of political behavior (Vol. 1). New York: Plenum.

Cross H. J., Allen J. G. (1970). Ego identity status, adjustment, and academic achievement. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 34, 288.

Erikson E. H. (1937). Configurations in play — Clinical notes. Psychoanalytic Quarterly, 6, 139–214.

Erikson E. H. (1945). Childhood and tradition in two American Indian tribes. In The Psychoanalytic study of the child (Vol. 1, pp. 319–350). New York: International Universities Press.

Erikson E. H. (1958). Young man Luther: A study in psychoanalysis and history. New York: Norton.

Erikson E. H. (1963a). Childhood and society (2nd ed.). New York: Norton.

Erikson E. H. (1963b). Youth: Change and challenge. New York: Norton.

Erikson E. H. (1964a). Insight and responsibility. New York: Norton.

Erikson E. H. (1964b). Memorandum on identity and Negro youth. Journal of Social Issues, 20, 29–42.

Erikson E. H. (1968a). Identity: Youth and crisis. New York: Norton.

Erikson E. H. (1968b). Life cycle. In International Encyclopedia of the Social Sciences (Vol. 9, pp. 286–292). New York: Crowell Collier & Macmillan.

Erikson E. H. (1969). Gandhi's truth. New York: Norton.

Erikson E. H. (1970). Reflections on the dissent of contemporary youth. Daedalus, 99, 154–176.

Erikson E. H. (1973). In search of common ground. New York: Norton.

Erikson E. H. (1975). Life history and the historical moment. New York: Norton.

Erikson E. H. (1977). Toys and reasons: Stages in the ritualization of experience. New York: Norton.

Erikson E. H. (1978). Adulthood. New York: Norton.

Erikson E. H. (1979). Identity and the life cycle: A reissue. New York: Norton.

Erikson E. H. (1982). The life cycle completed. New York: Norton.

Erikson E. H., Erikson, J. M., Kivnick H. Q. (1986). Vital involvement in old age. New York: Norton.

Evans R. I. (1967). Dialogue with Erik Erikson. New York: Harper and Row.

Fromm E. (1941/1956). Escape from freedom. New York: Avon.

Fromm E. (1947). Man for himself: An inquiry into the psychology of ethics. New York: Holt, Rinehart and Winston.
Fromm E. (1955). The sane society. New York: Holt, Rinehart and Winston.
Fromm E. (1956/1974) The art of loving. New York: Harper and Row.
Fromm E. (1962). Beyond the chains of illusion: My encounter with Marx and Freud. New York: Touchstone.
Fromm E. (1968). The revolution of hope. New York: Harper and Row.
Fromm E. (1973). The anatomy of human destructiveness. New York: Holt, Rinehart and Winston.
Fromm E. (1981). On Disobedience and other essays. New York: Seabury Press.
Funk R. (1982). Erich Fromm: The courage to be human. New York: Continuum.
Gilligan C. (1982). In a different voice: Psychological theory and women's development. Cambridge, MA: Harvard University Press.
Goldberg H. (1983). The new male-female relationship. New York: Morrow.
Horney K. (1926/1967). Feminine psychology. New York: Norton.
Horney K. (1937). The neurotic personality of our time. New York: Norton.
Horney K. (1939). New ways in psychoanalysis. New York: Norton.
Horney K. (1942). Self-analysis. New York: Norton.
Horney K. (1945). Our inner conflicts. New York: Norton.
Horney K. (1950) Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization. New York: Norton.
Johnston L. D., O'Malley P. M., Bachman J. G. (1988). Illicit drug use, smoking and drinking by America's high-school students, college students, and young adults, 1975–1987. Washington, DC: National Institute on Drug Abuse.
Kahn S., Zimmerman G., Csikszentmihalyi M., Getzels J. W. (1985). Relations between identity in young adulthood and intimacy at midlife. Journal of Personality and Social Psychology, 49, 1316–1322.
Leavitt F. (1982). Drugs and behavior. New York: Wiley.
Maccoby E. E. (1990). Gender and relationships: A developmental account. American Psychologist, 45, 513–520.
Maccoby M. (1981). The leader. New York: Simon and Schuster.
Maccoby M. (1988). Why work: Leading the new generation. New York: Simon and Schuster.
Marcia J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. Journal of Personality and Social Psychology, 3, 551–558.
Marcia J. E. (1967). Ego identity status: Relationship to change in self-esteem, «general adjustment», and authoritarianism. Journal of Personality, 35, 118–133.
Marcia J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.). Handbook of adolescent psychology. New York: Wiley.
Marcia J. E., Friedman M. L. (1970). Ego identity status in college women. Journal of Personality, 44, 675–688.
Moraitis G., Pollack G. H. (Eds.) (1987). Psychoanalytic studies of biography. Madison, CT: International Universities Press.
Papalia D., Olds S. (1986). Human development (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
Peplau L. A., Perlman D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau, D. Perlman (Eds.). Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy. New York: Wiley.
Piaget J. (1983). Piaget's theory. In P. H. Mussen (Ed.). Handbook of child psychology (Vol. 1). New York: Wiley.
Roazen P. (1973). Sigmund Freud. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Rubins J. L. (1978). Karen Horney: Gentle rebel of psychoanalysis. New York: Dial Press.
Runyan W. M. (1982). Life histories and psychobiography: Explorations in theory and method. New York: Oxford University Press.
Santrock J. W. (1985). Adult development and aging. Dubuque, IA: W. C. Brown.

Waterman A. S. (1982). Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review of research. Developmental Psychology, 18, 341–358.
Waterman A. S., Waterman C. (1970). The relationship between ego identity status and satisfaction with college. The Journal of Education Research, 64, 165–168.
Westkott M. (1986). The feminist legacy of Karen Horney. New Haven, CT: Yale University Press.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Baumeister R. F. (1986). Identity: Cultural change and the struggle for self. New York: Oxford University Press.
Domino G., Affonso D. D. (1990). A personality measure of Erikson's life stages: The inventory of psychosocial balance. Journal of Personality Assessment, 54, 576–588.
Fromm E. (1976). To have or to be? New York: Harper and Row.
Quinn S. (1987). A mind of her own: The life of Karen Horney. New York: Summit Books.
Roazen P. (1976). Erik H. Erikson: The power and limits of his vision. New York: Free Press.
Slugoski B. R., Marcia J. E., Koopman R. F. (1984). Cognitive and social interactional characteristics of ego identity statuses in college. Journal of Personality and Social Psychology, 47, 646–661.
Stevens R. (1983). Erik Erikson: An introduction. New York: St. Martin's Press.

Глава 6

ДИСПОЗИЦИОНАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ: ГОРДОН ОЛПОРТ, РЭЙМОНД КЕТТЕЛ И ГАНС АЙЗЕНК

В основе *диспозиционального направления* в изучении личности лежат две общие идеи. Первая заключается в том, что люди обладают широким набором предрасположенностей реагировать определенным образом в различных ситуациях (то есть черт личности). Это означает, что люди демонстрируют определенное постоянство в своих поступках, мыслях и эмоциях, независимо от течения времени, событий и жизненного опыта. В самом деле, суть личности определяется теми склонностями, которые люди проносят через всю жизнь, которые принадлежат им и неотъемлемы от них.

Вторая основная идея диспозиционального направления связана с тем обстоятельством, что нет двух людей, в точности похожих друг на друга. Этот вопрос мы уже рассматривали в главе 1, где понятие личности раскрывалось отчасти путем подчеркивания характерных черт, отличающих индивидуумов друг от друга. Действительно, каждое теоретическое направление в персонологии, чтобы оставаться жизнеспособным на рынке психологической науки, в той или иной мере должно рассматривать проблему различий между индивидуумами.

Многие персонологи придавали особое значение трактовке личности в свете склонностей к чему-либо или тенденций, присущих данному индивидууму. Один из наиболее влиятельных приверженцев диспозиционального направления — Гордон Олпорт — полагал, что каждая личность уникальна и что ее уникальность наилучшим образом может быть понята через определение конкрет-

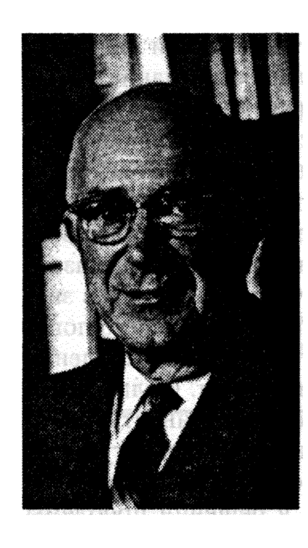
ных черт личности. Акцентирование Олпортом уникальности личности является, однако, лишь одной стороной его теоретической позиции. Большое внимание уделяется и тому, каким образом на поведение человека влияют когнитивные и мотивационные процессы. Более того, теория Олпорта представляет собой соединение гуманистических и индивидуальных подходов к изучению человеческого поведения. Гуманистичность проявляется в попытке выявить все аспекты человеческого существа, включая потенциал личностного роста, преодоление себя и самореализацию. Индивидуальный подход отражается в стремлении Олпорта понять и предсказать развитие реальной, конкретной личности [Allport, 1968b]. Олпорта можно в значительной мере охарактеризовать как эклектичного теоретика, сочетающего понятия из области философии, религии, литературы и социологии; эти представления включены в описание богатства и сложности человеческой личности. Отличительной чертой теоретической ориентации Олпорта является его убежденность в том, что поведение человека всегда является результатом той или иной конфигурации личностных *черт*. Далее в этой главе мы рассмотрим его теорию черт личности.

Некоторые другие персонологи также приняли участие в решении проблемы построения исчерпывающих схем идентификации и измерения основных черт, формирующих ядро личности. Наиболее наглядно это проявилось в концептуальных и эмпирических подходах Ганса Айзенка и Рэймонда Кеттела. Используя сложную психометрическую технику, известную как *факторный анализ*, эти теоретики пытались показать, как базисная структура черт личности влияет на наблюдаемые поведенческие реакции индивидуума. Для Айзенка в личности чрезвычайно важны два основных параметра: интроверсия — экстраверсия и стабильность — нейротизм. Третий параметр, называемый психотизм — сила суперэго, Айзенк также рассматривает в качестве основного параметра в структуре личности. Кеттел, в отличие от Айзенка, утверждает, что структуру личности определяют по крайней мере 16 основных черт. Он считает также, что для предсказания поведения можно выводить уравнения, основываясь на точных измерениях тех личностных особенностей, которые релевантны данной ситуации. Кеттел и Айзенк придерживаются научного подхода в построении модели человеческого поведения. Далее в данной главе будут рассмотрены характерные особенности их теорий. Наконец, следует отметить, что далеко не все психологи разделяют диспозициональную точку зрения. Последние основываются на том, что поведение человека с течением времени и обстоятельств обнаруживает лишь незначительное постоянство личностных проявлений. Мы обратимся к этой точке зрения в разделе главы, посвященном эмпирическому подтверждению теоретических положений. Теперь перейдем к рассмотрению теоретических взглядов Олпорта.

ГОРДОН ОЛПОРТ: ДИСПОЗИЦИОНАЛЬНАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Гордон Уиллард Олпорт (Gordon Willard Allport), младший из четырех братьев, родился в Монтесуме, штат Индиана, в 1897 году. Вскоре после рождения Гордона его отец, бывший сельским врачом, перевез семью в Огайо, и младший Олпорт получил начальное образование в бесплатных сельских школах Кливленда. Он



Гордон Олпорт (1897–1967).

описывал атмосферу в своей семье как пронизанную чувствами доверия и привязанности, а также особого уважения к труду в духе протестантизма.

С раннего возраста Олпорт был способным ребенком; он характеризовал себя как социально изолированного индивида, особенно успешного в словесности и плохо подготовленного физически. По настоянию старшего брата Флойда, бывшего в то время аспирантом-психологом в Гарвардском университете, он поступает после окончания школы в тот же университет.

Хотя Олпорт и окончил несколько курсов по психологии в Гарварде, специализировался он все же в экономике и философии. Учась на старших курсах, он участвовал в разработке ряда проектов волонтерской службы. После окончания учебы в 1919 году Олпорт принял предложение преподавать социологию и английский язык в Роберт-Колледже в Константинополе, Турция. Со следующего года он получает стипендию младшего научного сотрудника за дипломную научную работу по психологии, представленную по окончании Гарварда.

В 1922 году Олпорту присвоена докторская степень по психологии. Его диссертация, посвященная чертам личности, была первым исследованием такого рода, выполненным в Соединенных Штатах. В течение следующих двух лет Олпорт занимался исследовательской работой в университетах Берлина и Гамбурга в Германии и в Кембридже в Англии. Вернувшись из Европы, он два года работал преподавателем в Гарвардском университете на факультете социальной этики. Здесь он вел курс «Личность: ее психологические и социальные аспекты». Это был первый в Соединенных Штатах курс по психологии личности.

В 1926 году Олпорт занял должность ассистента-преподавателя психологии в Дартмутском колледже, где он проработал до 1930 года. Тогда же он получил приглашение из Гарварда на работу в той же должности на факультете социальных отношений. В 1942 году ему было присвоено звание профессора психологии, и вплоть до самой смерти в 1967 году он продолжал занимать этот пост. За свою продолжительную блистательную карьеру в Гарварде Олпорт оказал влияние на несколько поколений студентов своим популярным курсом лекций. Он

получил также признание как «старейшина американских научных изысканий по проблемам личности».

Олпорт был плодовитым автором. Среди его широко известных публикаций такие, как «Личность: психологическая интерпретация» (1937); «Человек и его религия» (1950); «Становление: основные положения психологии личности» (1955); «Личность и социальные конфликты» (1960); «Стиль и развитие личности» (1961) и «Письма Дженни» (1965). Он является также соавтором двух широко используемых личностных тестов: «Изучение реакции A-S» (совместно с Ф. Х. Олпортом, 1928) и «Изучение ценностей» (в соавторстве с П. Е. Верноном, 1931; переработано Г. Линдсеем в 1951 и повторно в 1960). Полный перечень его трудов можно найти в работе «Человек в психологии» (1968а). Его автобиография представлена в 5-м томе «Истории психологии в автобиографиях» [Allport, 1967, p. 3–25].

ЧТО ТАКОЕ ЛИЧНОСТЬ

В своей первой книге «Личность: психологическая интерпретация» Олпорт описал и классифицировал более 50 различных определений личности. Он делает вывод, что адекватный синтез существующих определений может быть выражен в фразе: «Человек — это объективная реальность» [Allport, 1937, p. 48]. Данное определение настолько же всеобъемлюще, насколько вместе с тем и неточно. Признавая это, Олпорт пошел несколько дальше в своем заявлении о том, что «личность — это нечто, и она что-то делает. Личность — то, что лежит за конкретными поступками внутри самого индивидуума» [Allport, 1937, p. 48]. Избегая определения личности как сугубо гипотетического понятия, Олпорт утверждал, что это реальная сущность, отнесенная к индивидууму.

Однако остается вопрос: какова природа этого *нечто*? Олпорт [1937] ответил на этот вопрос, предложив в результате многократных корректировок точное определение личности: «Личность — это динамичная организация тех психофизических систем внутри индивидуума, которые определяют характерное для него поведение и мышление» [Allport, 1961, p. 28]. Что означает все это? Во-первых, «динамичная организация» предполагает, что поведение человека постоянно эволюционирует и изменяется; согласно теории Олпорта, личность — не статичная сущность, хотя здесь и имеет место некая основополагающая структура, которая объединяет и организует различные элементы личности. Ссылка на «психофизические системы» напоминает нам, что при рассмотрении и описании личности следует учитывать как элементы «разума», так и элементы «тела». Использование термина «определяет» является логическим следствием психофизической ориентации Олпорта. По сути дела, смысл этого выражения заключается в том, что личность включает «определяющие тенденции», при появлении соответствующих стимулов дающие импульс поступкам, в которых проявляется истинная природа индивидуума. Слово «характерное» в определении Олпорта лишь отражает первостепенную значимость, придаваемую им уникальности любого человека. В его персонологической системе нет двух людей, похожих друг на друга. И наконец, под словами «поведение и мышление» подразумеваются все виды человеческой активности. Олпорт полагал, что личность выражает себя тем или иным образом во всех наблюдаемых проявлениях поведения человека.

Приводя это концептуальное определение, Олпорт отмечал, что термины *характер* и *темперамент* часто использовались как синонимы личности. Олпорт объяснил, как каждый из них можно легко отличить от собственно личности. Слово «характер» традиционно вызывает ассоциацию с неким моральным стандартом или системой ценностей, в соответствии с которыми оцениваются поступки личности. Например, когда мы слышим, что у кого-то «хороший характер», то в данном случае речь идет о том, что его личностные качества социально и/или этически желательны. Таким образом, характер и в самом деле есть понятие этическое. Или, по формулировке Олпорта, характер — это *оцененная* личность, а личность — это *неоцененный* характер [Allport, 1961]. Следовательно, характер не следует рассматривать как некую обособленную область внутри личности.

Темперамент, напротив, является «первичным материалом» (наряду с интеллектом и физической конституцией), из которого строится личность. Олпорт считал понятие «темперамент» особенно важным при обсуждении наследственных аспектов эмоциональной природы индивидуума (таких, как легкость эмоционального возбуждения, преобладающий фон настроения, колебания настроения и интенсивность эмоций) [Allport, 1961]. Представляя собой один из аспектов генетической одаренности личности, темперамент ограничивает развитие индивидуальности. Согласно взглядам Олпорта, образно говоря, «из свиного уха шелковый кошелек не сошьешь». Таким образом, как и во всяком хорошем определении личности, в концепции Олпорта ясно сформулировано, чем она является по сути, а что не имеет к ней никакого отношения.

КОНЦЕПЦИЯ ЧЕРТЫ ЛИЧНОСТИ

Как указывалось в начале данной главы, с точки зрения диспозиционального подхода, не существует двух совсем одинаковых людей. Любой человек ведет себя с определенным постоянством и не так, как другие. Объяснение этому Олпорт дает в своей концепции *«черты»*, которую он считал наиболее валидной «единицей анализа» для изучения того, что представляют собой люди и как они своим поведением отличаются друг от друга.

Что такое черта личности? Олпорт определял черту как «нейропсихическую структуру, способную преобразовывать множество функционально эквивалентных стимулов, а также стимулировать и направлять эквивалентные (в значительной степени устойчивые) формы адаптивного и экспрессивного поведения» [Allport, 1961, p. 347]. Проще говоря, *черта — это предрасположенность вести себя сходным образом в широком диапазоне ситуаций*. Например, если кто-то по сути своей робок, он будет склонен оставаться спокойным и сдержанным во многих различных ситуациях — сидя в классе, за едой в кафе, занимаясь уроками в общежитии, делая с друзьями покупки. Если, с другой стороны, человек в основном дружелюбен, он будет скорее разговорчивым и общительным в тех же самых ситуациях. Теория Олпорта утверждает, что поведение человека относительно стабильно с течением времени и в разнообразных ситуациях.

Черты — это психологические особенности, преобразующие множество стимулов и обусловливающие множество эквивалентных ответных реакций. Такое понимание черты означает, что разнообразные стимулы могут вызвать одинаковые

ответные реакции, так же как и множество реакций (чувства, ощущения, интерпретации, поступки) могут иметь одинаковое функциональное значение. Для иллюстрации этой мысли Олпорт приводит в качестве примера случай с вымышленным мистером Маккарли, главной психологической особенностью которого является «боязнь коммунизма» [Allport, 1961]. Эта его черта делает равнозначными для него такие «социальные стимулы», как русские, афро-американцы и соседи-евреи, либералы, большинство преподавателей колледжа, организации борьбы за мир, ООН и т. д. Всем им он наклеивает ярлык «коммунистов». Мистер Маккарли может поддерживать ядерную войну с русскими, писать враждебные письма в местные газеты о чернокожих, голосовать за экстремистских политических кандидатов и политиков правого крыла, примкнуть к ку-клукс-клану или обществу Джона Берча, критиковать ООН и/или принимать участие в любом из целого ряда других подобных враждебных действий. На рис. 6–1 схематично показан этот диапазон возможностей.

Нет необходимости говорить, что человек может участвовать в подобных акциях, не обязательно обладая чрезмерной враждебностью или страхом перед коммунистами. И кроме того, любой, кто голосует за кандидатов правого крыла или является противником ООН, не обязательно подпадает под ту же самую личностную категорию. Однако этот пример показывает, что черты личности формируются и проявляются на основе осознания сходства. То есть многие ситуации, воспринимаемые человеком как равнозначные, дают толчок к развитию определенной



Рис. 6–1. *Универсальность черты определяется равнозначностью стимула, приводящего в действие данную черту, и ответных реакций, ею обусловленных.* (Источник: адаптировано из Allport, 1961, p. 322)

черты, которая затем сама инициирует и выстраивает разнообразные виды поведения, эквивалентные в своих проявлениях данной черты. Эта концепция эквивалентности стимула и реакций, объединенных и опосредованных чертой, и является главной составляющей теории личности Олпорта.

Согласно Олпорту, черты личности не связаны с небольшим числом специфических стимулов или реакций; они являются генерализованными и устойчивыми. Обеспечивая сходство ответов на многочисленные стимулы, черты личности придают значительное постоянство поведению. Черта личности — это то, что обусловливает постоянные, устойчивые, типичные для разнообразных равнозначных ситуаций особенности нашего поведения. Это жизненно важная составляющая нашей «личностной структуры». В то же самое время черты личности могут быть и определяющими в рисунке поведения человека. Например, доминирование как личностная особенность может проявляться лишь тогда, когда человек находится в присутствии значимых других: со своими детьми, с супругом или близким знакомым. В каждом случае он немедленно становится лидером. Однако черта доминирования не активируется в ситуации, когда этот человек обнаруживает десятидолларовую купюру на пороге приятельского дома. Подобный стимул вызовет скорее проявление честности (или, наоборот, нечестности), но не доминантности. Таким образом, Олпорт признает, что индивидуальные особенности укрепляются в социальных ситуациях, и добавляет: «Любая теория, рассматривающая личность как нечто стабильное, фиксированное, неизменное, неверна» [Allport, 1961, p. 175]. Точно так же вода может иметь форму и структуру жидкости, твердого тела (лед) или субстанции вроде снега, града, слякоти — ее физическая форма определяется температурой окружающей среды.

Следует, однако, подчеркнуть, что черты личности не пребывают в дремлющем состоянии в ожидании внешних стимулов. На самом деле люди активно выискивают социальные ситуации, способствующие проявлению их особенностей. Человек, обладающий выраженной предрасположенностью к общению, не только является прекрасным собеседником, когда находится в компании, но и проявляет инициативу в поиске контактов, когда оказывается в одиночестве. Иными словами, человек не является пассивным «респондентом» на ситуацию, как мог бы полагать Б. Ф. Скиннер, скорее наоборот, ситуации, в которых личность оказывается чаще всего, — это, как правило, те самые ситуации, в которые она активно стремится попасть. Эти две составляющие функционально взаимосвязаны. Подчеркиванием взаимодействий между диспозициями человека и ситуационными переменными теория Олпорта в значительной мере приближается к теориям социального научения Альберта Бандуры и Джулиана Роттера (глава 8).

«Черты» черт

Можно сказать, что в системе Олпорта сами черты личности характеризуются «чертами», или определяющими характеристиками. Незадолго до своей смерти Олпорт опубликовал статью, озаглавленную «Еще раз о чертах личности» [Allport, 1966], в которой он суммировал все данные, способные дать ответ на вопрос: «Что такое черта личности?» В этой статье он предложил восемь основных критериев ее определения.

1. *Черта личности — это не только номинальное обозначение.* Черты личности — не вымысел; они являются весьма реальной и жизненно важной частью существования любого человека. Каждый человек имеет внутри себя эти «обобщенные стремления к действию». Помимо «страха перед коммунизмом», можно назвать такие явно узнаваемые черты личности, как: «боязнь капитализма», «агрессивность», «кротость», «искренность», «непорядочность», «интроверсия» и «экстраверсия». Основной акцент здесь Олпорт делает на том, что эти личные характеристики *реальны*: они действительно существуют в людях, а не являются лишь теоретическим измышлением.

2. *Черта личности является более обобщенным качеством, чем привычка.* Черты личности обусловливают сравнительно неизменные и общие особенности нашего поведения. Привычки, будучи устойчивыми, относятся к более специфическим тенденциям, и поэтому они менее обобщены как относительно ситуаций, «запускающих» их в действие, так и относительно поведенческих реакций, обусловленных ими. Например, ребенок может чистить зубы дважды в день и продолжать это делать, так как в этом его поощряют родители. Это привычка. Однако с течением времени ребенок может приучиться также расчесывать волосы, стирать и гладить одежду и прибирать свою комнату. Все эти привычки, слившись воедино, могут сформировать такую черту, как опрятность.

3. *Черта личности является движущим или, по крайней мере, определяющим элементом поведения.* Как уже отмечалось, черты не дремлют в ожидании внешних стимулов, способных их пробудить. Они скорее побуждают людей к такому поведению, в котором данные черты личности наиболее полно проявятся. Например, студентка колледжа, в значительной мере обладающая такой чертой, как «общительность», не сидит просто так в ожидании вечеринок, чтобы пообщаться. Она их активно выискивает и таким образом выражает свою общительность. Итак, черты личности «выстраивают» действие индивидуума.

4. *Существование черт личности можно установить эмпирически.* Несмотря на то, что черты личности нельзя наблюдать непосредственно, Олпорт указывал на возможность подтверждения их существования. Доказательство может быть получено посредством наблюдений за человеческим поведением на протяжении длительного времени, изучения историй болезни или биографий, а также с помощью статистических методов, которые определяют степень совпадения отдельных реакций на одни и те же или сходные стимулы.

5. *Черта личности лишь относительно независима от остальных черт.* Перефразируя известное выражение, можно сказать: «Ни одна черта не является островом».[1] Не существует резкой границы, отделяющей одну черту от другой. Скорее личность представляет собой некий набор перекрывающих друг друга черт, лишь относительно независимых друг от друга. Чтобы проиллюстрировать это, Олпорт приводил в качестве примера исследование, в котором такие черты, как проницательность и чувство юмора, в высшей степени коррелировали друг с другом [Allport, 1960]. Ясно, что это разные черты, но они, тем не менее, как-то

[1] Имеется в виду фраза английского поэта Джона Донна (1572–1631) «Никто из нас не остров» (No man is an island). *(Прим. ред.)*

связаны. Поскольку результаты корреляционного анализа не дают возможности делать выводы о причинных связях, мы можем предположить: если у человека сильно развита проницательность, то весьма вероятно, что он может подмечать абсурдные аспекты человеческой жизни, что и приводит к развитию у него чувства юмора. Более вероятно, однако, согласно Олпорту, что черты перекрываются изначально, так как человек склонен реагировать на события и явления обобщенным образом.

6. *Черта личности не является синонимом моральной или социальной оценки*. Несмотря на тот факт, что многие черты (например, искренность, верность, жадность) подвергаются конвенциональному социальному оцениванию, они все же представляют истинные особенности индивидуума. В идеальном варианте исследователь должен сначала обнаружить наличие определенных черт у испытуемого, а затем подыскать нейтральные, а не оценочные слова для их обозначения. По мнению Олпорта, персонологи должны изучать личность, а не характер.

7. *Черту можно рассматривать либо в контексте личности, у которой она обнаружена, либо по ее распространенности в обществе*. В качестве иллюстрации возьмем застенчивость. Как и любую другую черту личности, ее можно рассматривать как в аспекте уникальности, так и универсальности. В первом случае мы будем изучать влияние застенчивости на жизнь данного конкретного человека. Во втором случае мы будем изучать эту черту «универсально», путем построения надежной и валидной «шкалы застенчивости» и определения индивидуальных различий по параметру застенчивости.

8. *То, что поступки или даже привычки не согласуются с чертой личности, не является доказательством отсутствия данной черты*. В качестве иллюстрации рассмотрим Нэнси Смит, которая являет собой пример опрятности и аккуратности. Ее безупречный вид и безукоризненность в одежде бесспорно указывают на такую черту, как аккуратность. Но эту черту никоим образом нельзя было бы заподозрить в ней, если бы мы посмотрели на ее письменный стол, квартиру или машину. В каждом случае мы увидели бы, что ее личные вещи разбросаны, беззаботно раскиданы, выглядят крайне неряшливо и небрежно. Чем вызвано такое явное противоречие? По Олпорту, имеются три возможных объяснения. Во-первых, не у каждого человека черты имеют одинаковую степень интегрированности. Черта, являющаяся главной у одного, может быть второстепенной, либо вовсе отсутствовать у другого. В случае с Нэнси аккуратность могла ограничиваться лишь ее собственной персоной. Во-вторых, один и тот же индивидуум может обладать противоречивыми чертами. Тот факт, что Нэнси последовательна по отношению к своему внешнему виду и неряшливо относится к своим вещам, предполагает ограниченное проявление аккуратности в ее жизни. В-третьих, существуют случаи, когда общественные условия гораздо в большей мере, чем личностные черты, являются первостепенными «движителями» к определенному поведению. Если Нэнси мчится, чтобы успеть, к примеру, на самолет, она может вообще не обращать внимания на то, что прическа растрепалась или платье по ходу дела утратило опрятный вид. Поэтому, примеры того, что не все поступки Нэнси соответствуют присущей ей склонности к аккуратности, не являются доказательством, что такой склонности в ней вовсе не существует.

Общие черты в сравнении с индивидуальными

В своих ранних работах Олпорт проводил различие между *общими* чертами и *индивидуальными* [Allport, 1937]. Первые (называемые также *измеряемыми* или *узаконенными*) включают в себя любые характеристики, присущие какому-то количеству людей в пределах данной культуры. Мы можем, например, сказать, что некоторые люди более настойчивы и упорны, чем другие, или что одни люди вежливее других. Логика рассуждений о существовании общих черт такова: члены определенной культуры испытывают на себе схожие эволюционные и социальные воздействия, и поэтому у них развиваются по определению сравнимые модели адаптации. В качестве примера можно привести умение пользоваться языком, политические и/или социальные установки, ценностные ориентации, тревогу и конформизм. Большинство людей в нашей культуре сравнимы друг с другом по этим общим параметрам.

Согласно Олпорту, в результате подобного сравнения индивидуумов по степени выраженности какой-либо общей черты получается кривая нормального распределения. То есть когда показатели выраженности черт личности изображаются графически, мы получаем колоколообразную кривую, в центре которой располагается количество испытуемых со средними, типичными показателями, а по краям — уменьшающееся количество испытуемых, показатели которых ближе к крайне выраженным. На рис. 6–2 показано распределение показателей выраженности такой общей черты личности, как «доминантность—подчиненность». Таким образом, измеряемость общих черт позволяет персонологу сравнивать одного человека с другим по значимым психологическим параметрам (как это делается и по общим физическим характеристикам типа роста и веса).

Считая подобную процедуру сравнения обоснованной и полезной, Олпорт полагал также, что черты личности никогда не выражаются совершенно одинаково у любых двух людей [Allport, 1968a]. Так, например, у Линды доминантность проявляется на всех уровнях, и в этом смысле присущее ей выражение данной черты

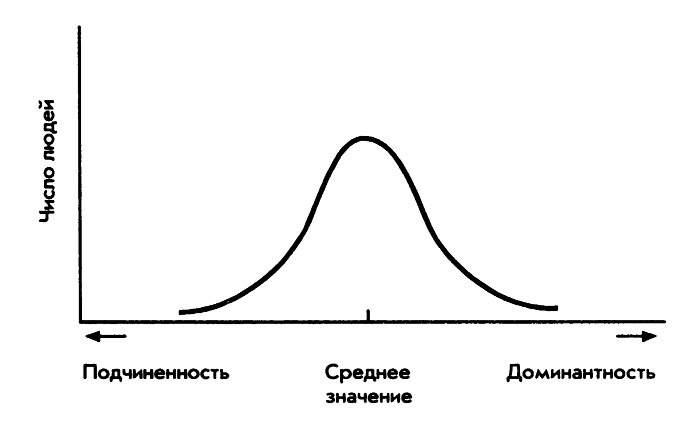


Рис. 6–2. *Распределение тестовых значений показателя доминантность—подчиненность.*

уникально. В этом отношении доминантность Линды на самом деле не сравнима с доминантностью у Сьюзен.

Индивидуальные черты (называемые также морфологическими) обозначают такие характеристики индивидуума, которые не допускают сравнений с другими людьми. Это те «подлинные нейропсихические элементы, которые управляют, направляют и мотивируют определенные виды приспособительного поведения» [Allport, 1968a, p. 3]. Эта категория черт, проявляющихся уникально у каждого конкретного человека, наиболее точно отражает его личностную структуру. Следовательно, согласно Олпорту, личность адекватно можно описать лишь путем измерения ее индивидуальных черт, с использованием таких источников информации, как клиническое описание данного случая, дневник, письма и другие подобные личные документы. Таким образом, доминантность как общая черта может быть успешно изучена путем сравнения Линды, Сьюзен и каждого другого по какому-нибудь значимому критерию (например, тест доминирования или шкала доминирования). Однако доминантность как индивидуальная черта может быть понята только при изучении ее уникальных проявлений у Линды, Сьюзен и у любого другого человека в отдельности. Олпорт полагал, что единственный путь к пониманию уникальности — это фокусирование внимания на индивидуальных чертах.

Типы индивидуальных диспозиций

В последние годы своей карьеры Олпорт пришел к осознанию того, что использование термина «черта личности» для описания как общих, так и индивидуальных характеристик, вызывает затруднения. Поэтому он пересмотрел свою терминологию и назвал индивидуальные черты *индивидуальными диспозициями*. Общие же черты изменили название, став просто *чертами личности*. Теперь в определение индивидуальной диспозиции включена фраза «присущая индивидууму», но в остальном определение осталось таким же, как и более раннее определение черты.

Олпорт был глубоко увлечен изучением индивидуальных диспозиций. Со временем для него стало очевидным, что не все индивидуальные диспозиции в равной мере присущи человеку и не все они являются доминирующими. Поэтому Олпорт предложил выделять три типа диспозиций: кардинальные, центральные и вторичные.

Кардинальные диспозиции. *Кардинальная диспозиция* настолько пронизывает человека, что почти все его поступки можно свести к ее влиянию. Эта в высшей степени генерализованная диспозиция не может оставаться скрытой, если, конечно, это не такая черта, как скрытность — обладатель ее может стать отшельником, и тогда никто уже не узнает его склонностей. Однако в других примерах наличие подобной кардинальной диспозиции или главной страсти может сделать его обладателя в своем роде выдающейся фигурой. Олпорт утверждал, что очень немногие люди обладают кардинальной диспозицией.

В качестве примеров кардинальных диспозиций Олпорт приводит исторические и вымышленные характеры. Скажем, для характеристики кого-либо мы мо-

жем прибегнуть к таким определениям, как шовинист[1], Скрудж, Макиавелли, Дон Жуан или Жанна д'Арк. Об Альберте Швейцере говорим, что у него была одна главная склонность в жизни — «глубокое уважение к любому живому существу». И наконец, Флоренс Найтингейл была, как говорят, «одержима состраданием» к своим соратникам. Весь ход жизни этих индивидуумов обнаруживает всепроникающее влияние кардинальных диспозиций.

Центральные диспозиции. Не столь всеобъемлющие, но все же довольно яркие характеристики человека, получившие название *центральные диспозиции* — это, так сказать, строительные блоки индивидуальности. Центральные диспозиции лучше всего сравнить с качествами, приводимыми в рекомендательных письмах (например, пунктуальность, внимательность, ответственность). Центральные диспозиции представляют собой такие тенденции в поведении человека, которые могут легко обнаруживать окружающие.

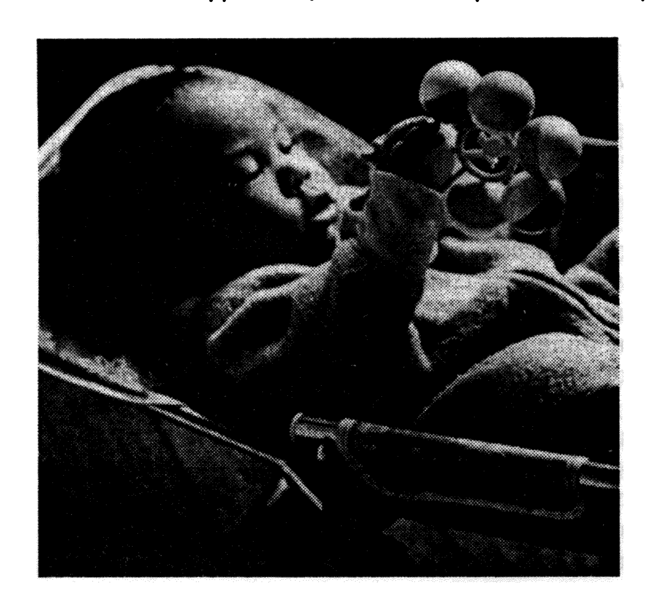
«Сколько центральных диспозиций может быть у среднего человека?» Для выяснения этого вопроса Олпорт обратился к своим студентам с просьбой «поразмыслить о каком-либо представителе того же пола, кого вы хорошо знаете» или «описать ее или его, перечисляя те слова, фразы или предложения, которые лучше и вернее всего, как вам кажется, отражают существенные характеристики этой личности» [Allport, 1961, p. 366]. 90% студентов перечислили от трех до десяти существенных характеристик, среднее количество составило 7,2. Таким образом, Олпорт пришел к выводу, что количество центральных диспозиций, с помощью которых может быть описан индивидуум, удивительно мало: возможно, в пределах от пяти до десяти. С точки зрения самого человека, количество центральных диспозиций и в самом деле невелико. Например, Герберт Уэллс как-то заметил, что в его жизни были лишь две главные темы: стремление к упорядоченному мировому сообществу и проблема пола.

Вторичные диспозиции. Черты менее заметные, менее обобщенные, менее устойчивые и, таким образом, менее пригодные для характеристики личности, называются *вторичными диспозициями*. В эту рубрику следует включить предпочтения в еде и одежде, особые установки и ситуационно обусловленные характеристики человека. Рассмотрим, к примеру, человека, который никогда не ведет себя послушно и покорно, кроме тех ситуаций, когда офицер полиции делает ему отметку о превышении скорости. Олпорт отмечал, что надо очень близко знать человека, чтобы обнаружить его вторичные диспозиции.

ПРОПРИУМ: РАЗВИТИЕ САМОСТИ

Ни один персонолог, и в особенности Олпорт, не считает, что личность — это лишь набор не связанных друг с другом диспозиций. Понятие личности включает в себя единство, структуру и интеграцию всех аспектов индивидуальности, придающих ей своеобразие. Резонно поэтому предположить, что существует некий принцип, организующий установки, оценки, мотивы, ощущения и склонности в

[1] По имени французского солдата Н. Шовена (Chauvin), поклонника завоевательной политики Наполеона. *(Прим. ред.)*



С началом осознания ощущений от своего тела младенцы начинают отличать себя от объектов, с которыми манипулируют. (Joel Gordon)

единое целое. Согласно Олпорту, для решения проблемы познания и описания природы личности необходимы конструкты такого уровня обобщенности, как эго или стиль жизни. Но все эти термины содержат слишком много неоднозначных побочных оттенков значения и семантических неясностей, так что Олпорт вводит новый термин — проприум.

По мнению Олпорта, проприум представляет собой позитивное, творческое, стремящееся к росту и развивающееся свойство человеческой природы. Это качество, «осознаваемое как наиболее важное и центральное» [Allport, 1968a, p. 4]. Речь идет о такой части субъективного опыта, как «мое». Короче, это не что иное, как самость.

Олпорт полагал, что проприум охватывает все аспекты личности, способствующие формированию чувства внутреннего единства [Allport, 1955]. Он рассматривал проприум в значении постоянства человека относительно его диспозиций, намерений и перспективных целей. В то же время он не считал проприум гомункулом или «маленьким человечком, обитающим внутри личности». Проприум неотъемлем от человека как единого целого. Это некая организующая и объединяющая сила, назначение которой — формирование уникальности человеческой жизни.

Олпорт [Allport, 1961] выделил семь различных аспектов «самости», участвующих в развитии проприума с детства до зрелости. Эти так называемые *проприотические функции* эволюционируют медленно, и в результате их окончательной консолидации формируется «Я», как объект субъективного познания и ощущения. Приводимые ниже отличительные функции личности представлены в порядке их последовательного появления у развивающегося индивидуума (табл. 6–1).

Ощущение своего тела. Первый аспект, необходимый для развития проприума, — это ощущение своего тела. В течение первого года жизни младенцы начинают осознавать многие ощущения, которые исходят от мышц, сухожилий, связок,

Таблица 6–1. **Стадии развития проприума по Олпорту**

Стадия	Аспект	Определение
1	Телесная самость	Осознавание телесных ощущений
2	Самоидентичность	Неизменность и непрерывность «Я», независимо от происходящих изменений
3	Самоуважение	Гордость за собственные достижения
4	Расширение самости	«Я» начинает охватывать важные аспекты социального и физического окружения
5	Образ себя	В целях и стремлениях индивида начинают отражаться ожидания других значимых людей
6	Рациональное управление самим собой	Абстрактная аргументация и применение логики для разрешения повседневных проблем
7	Проприативное стремление	Целостное чувство «Я» и планирование перспективных целей

внутренних органов и так далее. Эти повторяющиеся ощущения образуют телесную самость. В результате младенцы начинают отличать себя от других объектов. Олпорт считал, что телесная самость остается на протяжении всей жизни опорой для самоосознания. Однако большинство взрослых не осознают ее до тех пор, пока не появится боль или приступ болезни (например, мы обычно не ощущаем своего мизинца, пока не прищемим его дверью).

Ощущение самоидентичности. Второй аспект развертывания проприума — самоидентичность — наиболее очевиден тогда, когда посредством языка ребенок осознает самого себя в качестве определенного и постоянно важного лица. Бесспорно, наиболее важной отправной точкой для чувства целостности и непрерывности «Я» становится с течением времени собственное имя ребенка. Выучив свое имя, ребенок начинает постигать, что он остается одним и тем же человеком, несмотря на все изменения в его росте и во взаимодействиях с внешним миром. Одежда, игрушки и другие любимые вещи, принадлежащие ребенку, усиливают чувство идентичности. Но самоидентичность не устанавливается одномоментно. Например, двухлетний ребенок может не осознавать того, что ему холодно, что он устал или что ему нужно в туалет. Так же, как и Эриксон, Олпорт понимал, что самоидентичность непрерывно развивается до тех пор, пока не стабилизируется в зрелости.

Чувство самоуважения. В течение третьего года жизни начинает проявляться следующая форма проприума — самоуважение. Согласно Олпорту, самоуважение — это чувство гордости, которое ребенок испытывает тогда, когда он выполняет что-то самостоятельно. Таким образом, самоуважение зависит от успешного выполнения ребенком каких-то заданий. Часто родители считают это негативизмом, поскольку ребенок противится почти всем предложениям взрослых, воспринимая их как посягательство на свою целостность и автономность. Олпорт же утверждал, что, если родители сводят на нет стремление ребенка

самостоятельно обращаться с окружающими предметами, тогда чувство самоуважения может быть вытеснено ощущениями стыда и раздражения.

Позже, в возрасте четырех-пяти лет, самоуважение приобретает оттенок соревновательности, что выражается в восхищенном восклицании ребенка «Я победил тебя!», когда ребенок выигрывает в какой-то игре. В равной мере и признание сверстников становится важным источником повышения самооценки в течение всего периода детства.

Расширение самости. Начиная примерно с 4–6-летнего возраста, проприум человека развивается посредством расширения границ самости. По Олпорту, дети приобретают этот опыт по мере того, как они начинают осознавать, что им принадлежит не только их собственное физическое тело, но также и определенные значительные элементы окружающего их мира, включая людей. В течение этого периода дети научаются постигать значение «мой». Вместе с этим наблюдаются проявления ревностного собственничества, например, «это *мой* мяч», «кукольный домик *мой собственный*». *Моя* мама, *моя* сестра, *мой* дом, *моя* собака рассматриваются как составные части «Я», и их необходимо не потерять и охранять, особенно от посягательств другого ребенка.

Образ себя. Пятая форма проприума начинает развиваться где-то в возрасте пяти-шести лет. Это время, когда ребенок начинает узнавать, чего от него ожидают родители, родственники, учителя и другие люди, каким они хотят его видеть. Именно в этот период ребенок начинает понимать различие между «я хороший» и «я плохой». И все же, у ребенка еще нет ни достаточно развитого сознания, ни представления о том, каким он будет, когда станет взрослым. Как говорил Олпорт: «В детстве способность думать о себе, каков ты есть, каким хочешь быть и каким должен стать, находится лишь в зачаточном состоянии» [Allport, 1961, p. 123].

Рациональное управление самим собой. Между шестью и 12 годами ребенок начинает понимать, что он способен находить рациональные решения жизненных проблем и эффективно справляться с требованиями реальности. Появляется рефлективное и формальное мышление, и ребенок начинает думать о самом процессе мышления. Но он еще не доверяет самому себе настолько, чтобы быть морально независимым; скорее он догматично полагает, что его семья, религия и группа ровесников всегда правы. Эта стадия развития проприума отражает сильный конформизм, моральное и социальное послушание.

Проприативное стремление. Олпорт утверждал, что центральная проблема для подростка — выбор карьеры или других жизненных целей [Allport, 1961]. Подросток знает, что будущее нужно планировать, и в этом смысле он приобретает чувство самости, которое совершенно отсутствовало в детстве. Постановка перед собой перспективных целей, настойчивость в поиске путей разрешения намеченных задач, ощущение того, что жизнь имеет смысл — в этом суть проприативного стремления. Однако в юности и ранней зрелости это стремление развито не полностью, потому что развертывается новый этап поиска самоидентичности, новое самосознание. Как и Эриксон в его концепции эго-идентичности, Олпорт полагал, что реализация стремления к самосовершенствованию требует обобщенного чувства самости. Оно приходит лишь в зрелости, когда все аспекты «Я» уже сформировались.

Кроме вышеизложенных первых семи аспектов проприума, Олпорт предложил еще один — *познание самого себя* [Allport, 1961]. Он утверждал, что этот аспект стоит над всеми остальными и синтезирует их. По его мнению, познание самого себя представляет собой субъективную сторону «Я», но такую, которая осознает объективное «Я». На заключительной стадии своего развития проприум соотносится с уникальной способностью человека к самопознанию и самоосознанию.

ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ АВТОНОМИЯ: ПРОШЛОЕ — ЭТО ПРОШЛОЕ

Основной в теории Олпорта является идея о том, что индивидуум представляет собой динамичную (мотивированную) развивающуюся систему. Фактически он считал, что «любая теория личности основывается на анализе природы мотивации» [Allport, 1961, p. 196]. Олпорт предлагал свой собственный анализ мотивации, перечисляя четыре требования, которым должна отвечать адекватная теория мотивации.

1. *Она должна признавать согласованность мотивов во времени.* Согласно Олпорту, в то время как знание нашего прошлого помогает понять ход нашей жизни на сегодняшний день, такие исторические факты бесполезны, если нельзя показать их динамически активными в настоящем. По его собственным словам, «мотивы прошлого не объясняют ничего, если они не являются также и мотивами настоящего» [Allport, 1961, p. 220]. Таким образом, Олпорт не соглашался с точкой зрения Фрейда, что ребенок порождает взрослого.

2. *Она должна признавать существование различных видов мотивов.* Многие теории утверждают, что человеческие мотивы могут быть сведены к одному виду — как, например, редукция потребности, стремление к превосходству или потребность в безопасности. Будучи эклектиком, Олпорт чувствовал, что во всех этих формулировках мотивации есть доля правды, добавляя при этом: «Мотивы настолько разнообразны, что нам трудно найти здесь общий знаменатель» [Allport, 1961, p. 221]. Следовательно, если мы собираемся понять сложную природу человеческой мотивации, необходимо использовать многие концепции мотивации. Однако невозможно свести это разнообразие к одному главному мотиву.

3. *Она должна признавать динамическую силу когнитивных процессов.* Олпорт настаивал на том, что адекватная теория мотивации должна рассматривать перспективные цели человека, его представления и критерии, его намерения. И это совсем не удивительно. Он был убежден, что ключом к пониманию поведения человека на данный момент является ответ на вопрос: «Что ты хочешь делать (чем ты хочешь заниматься) через пять лет?» или «Какой ты стараешься сделать свою жизнь?» Мало кто из теоретиков, упомянутых в этой книге, придавал такое большое значение когнитивным процессам и, в особенности, планированию будущего и стремлениям, как Олпорт.

4. *Она должна признавать реальную уникальность мотивов.* В противоположность теоретикам, предполагающим существование схемы мотивов, общей для всех людей, Олпорт считал, что изучение мотивации должно концентрироваться на

том, как мотивы уникальным образом функционируют в жизни каждого человека. Кроме того, он считал, что мотивы человека должны быть определены скорее конкретно, чем абстрактно. Различие между конкретным и абстрактным описанием мотива иллюстрируется следующим примером.

Конкретно: Сьюзен собирается стать зубным врачом.
Абстрактно: Сьюзен сублимирует агрессивное влечение.

С точки зрения Олпорта, необходимый фундамент для теории мотивации обеспечивает концепция ***функциональной автономии***, которая удовлетворяет четырем вышеописанным критериям. Во многих отношениях она составляет ядро его теории черт личности.

Концепция функциональной автономии означает, что мотивы зрелой личности не определяются прошлыми мотивами. Прошлое есть прошлое — ничто с ним не связывает. Иными словами, причины, по которым взрослый человек ведет себя так или иначе, не зависят от того, какие причины изначально побудили его к такому поведению. По Олпорту, личность свободна от прошлого — связи с прошлым исторические, а не функциональные. Понятно, что такой взгляд на мотивацию вызвал несогласие психоаналитиков и бихевиористов, уделяющих особое внимание периоду раннего детства и процессу обусловливания, как решающим факторам в функционировании зрелой личности.

Олпорт привел много примеров в поддержку своей идеи о том, что многое в поведении взрослого обусловлено функционально автономными мотивами. В качестве одного из примеров он использовал случай с неким молодым студентом,

> который сначала выбирает специальность для изучения в колледже, потому что это необходимо и радует его родителей или потому, что для этого был какой-то благоприятный момент. Позже тематика его увлекает, и, возможно, увлеченность остается на всю жизнь. Первоначальные мотивы могут быть полностью утраченными. То, что было средством достижения какой-либо цели, становится целью само по себе [Allport, 1961, p. 235].

Другие примеры поведения под контролем функционально автономных мотивов включают: а) квалифицированного мастера, повышающего качество продукции даже несмотря на то, что его доходы больше не зависят от столь чрезмерных усилий; б) скрягу, продолжающего копить деньги и жить в бедности, хотя у него уже есть некий капитал; в) деловую женщину, продолжающую напряженно работать даже после назначения ей солидного оклада. В каждом случае поведение, мотивированное когда-то потребностью в деньгах, сохраняется и при отсутствии этой мотивации. Иными словами, первоначальной причины поведения больше нет, а поведение сохраняется. В этом состоит суть концепции функциональной автономии по Олпорту.

Два вида функциональной автономии

Олпорт различал два уровня или типа функциональной автономии [Allport, 1961]. Первый, ***устойчивая функциональная автономия***, связан с механизмами обратной связи в нервной системе. Эти нейрофизиологические механизмы не меняются с течением времени и помогают поддерживать организм в функциониру-

ющем состоянии. Явная склонность людей к удовлетворению своих потребностей известным и привычным образом (например, есть и ложиться спать каждый день в одно и то же время) представляет пример этого типа функциональной автономии.

В противоположность повторяющимся действиям, характеризующим устойчивую автономию, *собственная функциональная автономия* относится к приобретенным интересам человека, его ценностям, установкам и намерениям. Это главная система мотивации, которая обеспечивает постоянство в стремлении человека к соответствию с внутренним образом себя и достижению более высокого уровня зрелости и личностного роста. Собственная автономия предполагает также, что люди не нуждаются в постоянном вознаграждении за то, что они не оставляют своих усилий.

> Как несерьезно думать об отношении Пастера к награде или к здоровью, пище, сну или семье как о первоисточнике его преданности своему делу. Длительное время он забывал обо всем этом, растворясь в белой горячке исследовательской работы. И та же страсть прослеживается в историях гениев, которые при жизни так мало или вовсе ничего не получали в награду за свой труд [Allport, 1961, p. 236].

Собственная функциональная автономия является, таким образом, шагом вперед по сравнению с простым «поддержанием существования человека». Она представляет собой стремление к целям и ценностям, восприятие мира через эти цели и ценности, а также чувство ответственности за свою жизнь.

Концепция функциональной автономии была объектом серьезных нападок и возражений. Она весьма обеспокоила психоаналитиков и бихевиористов, а представители других теоретических направлений интересовались, насколько адекватно данная концепция трактует естественно вытекающие из нее вопросы. Например, как эволюционирует собственная автономия? И как конкретно мотив отрывается от своего источника в детстве и все же сохраняется как актуальный мотив? А как развивается мотив? Олпорт ответил на эти вопросы, отметив, что феномен функциональной автономии не может быть понят до тех пор, пока не будет пролит свет на участвующие в нем нейрофизиологические процессы. Тем не менее, он предположил, что процессы собственной автономии подчиняются трем психологическим принципам.

1. *Принцип организации энергетического уровня.* Этот принцип утверждает, что собственная автономия возможна, потому что уровень энергии, которым обладает человек, превышает необходимый для удовлетворения потребности выживания и приспособления. В качестве примера можно привести пенсионера, направляющего свою энергию на новые интересы и виды деятельности.

2. *Принцип преодоления и компетенции.* Согласно Олпорту, зрелым людям внутренне присуща мотивация преодоления и извлечения из окружающего мира уроков для себя, так же как и реализации поставленных перед собой целей. Отсюда следует, что любое поведение, ведущее к повышению уровня компетенции индивидуума, включается в контур его собственной мотивации.

3. *Принцип построения проприотической системы.* Этот принцип указывает на то, что все собственные мотивы уходят своими корнями в структуру «Я» индивидуума (проприум). В результате человек организует свою жизнь вокруг

проприума во имя цели усиления «Я», отвергая все остальные. Построение проприотической системы является объединяющей тенденцией внутри личности, и эта идея раскрывает взгляд Олпорта на личность как на сущность, находящуюся в процессе непрерывного изменения и становления.

ЗРЕЛАЯ ЛИЧНОСТЬ

В отличие от многих персонологов, чьи теории построены на изучении нездоровых или незрелых личностей, Олпорт никогда не практиковал в психотерапии и не считал, что клинические наблюдения можно использовать при построении теории личности. Он просто отказывался верить в то, что зрелые и незрелые люди действительно имеют много общего. Он сознавал, что многие персонологи его времени не могут даже дать определения здоровой личности и, что еще хуже, не прикладывают сколько-нибудь существенных усилий для ее описания. Так Олпорт начал длительную работу по созданию адекватного описания здоровой личности или того, что он называл «зрелой личностью».

Олпорт полагал, что созревание человека — это непрерывный, продолжающийся всю жизнь процесс *становления* [Allport, 1961]. Он видел также качественную разницу между зрелой личностью и незрелой, или невротической личностью. Поведение зрелых субъектов функционально автономно и мотивировано осознанными процессами. Напротив, поведение незрелых лиц преимущественно направляется неосознанными мотивами, проистекающими из переживаний детства. Олпорт заключал, что психологически зрелый человек характеризуется шестью чертами.

1. *Зрелый человек имеет широкие границы «Я».* Зрелые индивидуумы могут посмотреть на себя «со стороны». Они активно участвуют в трудовых, семейных и социальных отношениях, имеют хобби, интересуются политическими и религиозными вопросами и всем, что они считают значимым. Подобные виды деятельности требуют участия истинного эго человека и подлинной увлеченности. По Олпорту, любовь к себе — это непременный фактор в жизни каждого индивида, но он не обязательно должен быть определяющим в его стиле жизни.

2. *Зрелый человек способен к теплым, сердечным социальным отношениям.* Существуют две разновидности теплых межличностных отношений, подпадающих под эту категорию: *дружеская интимность* и *сочувствие*. Дружески-интимный аспект теплых отношений проявляется в способности человека выказывать глубокую любовь к семье и близким друзьям, не запятнанную собственническими чувствами или ревностью. Сочувствие отражается в способности человека быть терпимым к различиям (в ценностях или установках) между собой и другими, что позволяет ему демонстрировать глубокое уважение к другим и признание их позиции, а также общность со всеми людьми.

3. *Зрелый человек демонстрирует эмоциональную неозабоченность и самоприятие.* Взрослые люди имеют положительное представление о самих себе и, таким образом, способны терпимо относиться как к разочаровывающим или раздражающим явлениям, так и к собственным недостаткам, не озлобляясь внутренне



Зрелые люди способны посмеяться над собой; они могут увидеть абсурдные стороны жизни, которую им выпало прожить вместе с остальным человечеством.
(Jim Harrison/Stock Boston)

и не ожесточаясь. Они умеют также справляться с собственными эмоциональными состояниями (например, подавленностью, чувством гнева или вины) таким образом, что это не мешает благополучию окружающих. Например, если у них плохой день, они не срывают зло на первом встречном. И более того, выражая свои мнения и чувства, они считаются с тем, как это повлияет на других.

4. *Зрелый человек демонстрирует реалистичное восприятие, опыт и притязания.* Психически здоровые люди видят вещи такими, какие они есть, а не такими, какими они хотели бы их видеть. У них здоровое чувство реальности: они не воспринимают ее искаженно, не передергивают факты в угоду своей фантазии и потребностям. Более того, здоровые люди обладают соответствующей квалификацией и познаниями в своей сфере деятельности. Они могут отодвигать временно на задний план свои личные желания и импульсы до тех пор, пока не завершено важное дело. Чтобы передать смысл этого аспекта зрелости, Олпорт цитирует известного нейрохирурга Гарвея Кушинга: «Единственный способ продлить жизнь — это иметь перед собой задачу, которую непременно надо выполнить» [Allport, 1961, p. 290]. Таким образом, взрослые люди воспринимают других людей, объекты и ситуации такими, какие они есть на самом деле; у них достаточно опыта и умения, чтобы иметь дело с реальностью; они стремятся к достижению лично значимых и реалистичных целей.

5. *Зрелый человек демонстрирует способность к самопознанию и чувство юмора.* Сократ отмечал, что для того, чтобы жить полноценной жизнью, существует одно первостепенное правило: «Знать самого себя». Олпорт называл его «самообъективностью». Тем самым он имел в виду, что у зрелых людей имеется четкое представление о своих собственных сильных сторонах и слабостях. Важной

10 Зак. 1212

составляющей самопознания является юмор, препятствующий напыщенному самовозвеличиванию и пустозвонству. Он позволяет людям видеть и принимать крайне абсурдные аспекты собственных и чужих жизненных ситуаций. Юмор, каким его видел Олпорт, — это способность посмеяться над самым любимым (включая свою собственную персону) и все же продолжать ценить его.

6. *Зрелый человек обладает цельной жизненной философией.* Зрелые люди способны видеть целостную картину благодаря ясному, систематическому и последовательному выделению значимого в собственной жизни. Олпорт считал, что не нужно быть Аристотелем и пытаться сформулировать интеллектуальную теорию смысла жизни. Вместо этого человеку просто нужна система ценностей, содержащая главную цель или тему, что и сделает его жизнь значимой. У разных людей могут формироваться различные ценности, вокруг которых будет целенаправленно выстраиваться их жизнь. Они могут выбрать стремление к истине, социальному благополучию, религию или еще что-нибудь — по мнению Олпорта, наилучшей цели или философии здесь не существует. Точка зрения Олпорта по этому поводу заключается в том, что взрослая личность имеет глубоко укоренившийся в человеке набор неких ценностей, которые и служат объединяющей основой его жизни. Объединяющая философия жизни дает поэтому некую разновидность доминирующей ценностной ориентации, которая придает значимость и смысл практически всему, что делает человек.

Теперь обратимся к основным положениям, лежащим в основе диспозициональной теории личности Олпорта.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ОЛПОРТА ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Всю свою жизнь Олпорт вел борьбу с теми, кто утверждал, что именно их собственные системы дают единственно правильный способ понимания человеческого поведения. В частности, он находился в разногласии с представителями психоанализа и бихевиоризма, ввиду недооценки последними уникальных, осознанных и динамических аспектов личности. Олпорт в большей степени, чем кто-либо другой, отстаивал разносторонний подход к изучению личности. Он считал, что почти все теории содержат находки, принципы и подходы, являющиеся важными для нашего понимания человеческого опыта и поведения. В то же время он был убежден в том, что другие теории неоправданно игнорируют здоровую, зрелую личность.

> Некоторые теории развития основаны, главным образом, на поведении психически нездоровых и тревожных людей или же на выходках доведенных до крайности лабораторных крыс. Очень немногие теории сформировались на основе изучения здоровых человеческих существ, таких, которые не столько стараются сохранить свою жизнь, сколько стремятся сделать ее осмысленной [Allport, 1955, p. 180].

Доводы, лежащие в основе неприятия Олпортом психоанализа и бихевиоризма, становятся более понятными и очевидными, если рассмотреть его основные представления о человеческой сущности (рис. 6–3).

Свобода—детерминизм. Олпорт поддерживал концепцию свободы в большей степени, чем любой другой упомянутый нами персонолог, за исключением Альфре-

	Сильная	Умеренная	Слабая	Средняя	Слабая	Умеренная	Сильная	
Свобода			■					Детерминизм
Рациональность	■							Иррациональность
Холизм		■						Элементализм
Конституционализм				■				Инвайронментализм
Изменяемость				■				Неизменность
Субъективность			■					Объективность
Проактивность	■							Реактивность
Гомеостаз							■	Гетеростаз
Познаваемость		■						Непознаваемость

Рис.6–3. *Позиция Олпорта по девяти основным положениям, касающимся человеческой природы.*

да Адлера. Эта позиция была четко сформулирована в опубликованной беседе между Олпортом и Ричардом Эвансом: «Я бы сказал, что у нас больше свободы, чем это признает большинство современных психологов. Но я бы не стал, однако, настаивать и на абсолютной, неограниченной свободе, как это делают некоторые экзистенциалисты. Истина лежит где-то посередине» [Evans, 1971, p. 59].

Представление Олпорта о свободе наиболее ясно выражено в его трактовке развития индивидуума. Он рассматривал личностный рост как активный процесс «становления», в котором индивидуум берет на себя определенную ответственность за планирование хода своей жизни. Таким образом, под контролем «Я» находится, по крайней мере, некоторая часть «динамической организации», столь важной в олпортовском определении личности.

Однако концепция черт личности ставит серьезные ограничения на степень свободы в поведении человека. То есть, будучи сформированными, черты в значительной мере определяют восприятие и поступки индивидуума. Как объяснялось ранее, черты личности являются мощными регуляторами как выбора ситуации, так и реакций на различные стимулы. Таким образом, поступки человека инициируются и направляются его специфическими характеристиками. Олпорт также полагал, что во влиянии на поведение человека центральную роль играют ситуационные детерминанты. Следовательно, признавая за человеком значительно большую свободу выбора, чем это обычно принято в психоанализе или бихевиоризме, теория Олпорта дает основание оценить положение свободы как незначительно выраженное.

Рациональность—иррациональность. Олпорт был чрезвычайно привержен точке зрения, согласно которой человеческие существа действуют рационально. И в самом деле, он настойчиво опровергал мнение Фрейда о главенствующей роли неосознанных, иррациональных элементов в человеческом поведении [Allport, 1961]. Он соглашался с Фрейдом в том, что такие силы действительно доминируют в жизни людей с эмоциональными нарушениями — это именно то,

что отличает больных неврозом от здоровых индивидуумов. Но Олпорт утверждал, что Фрейд заблуждается, полагая, что бессознательные процессы являются доминирующими в поступках здоровых и разумных людей. Зрелые люди в значительной мере способны к сознательным, рационально обоснованным поступкам; они выстраивают свою жизнь сообразно целям, перспективным планам и жизненной философии — и все это основывается на трезвой оценке реальной действительности.

Вера в рациональность человека подчеркивается практически во всех теоретических формулировках Олпорта. Например, по его мнению, первостепенным критерием адекватности теории мотивации является то обстоятельство, что эта теория рассматривает мотивацию в качестве фактора, придающего динамическую силу познавательным процессам человека — таким, как мышление, планирование и намерения [Allport, 1961]. Он также рассматривал «Я» в качестве регулятора, играющего центральную роль в развитии проприума. И наконец, следует вспомнить, что Олпорт включал в описание зрелой личности наличие реалистичных взглядов, мастерства или умения, и притязаний. Это означает, что такие люди знают, что им надо и как этого добиться. Короче говоря, человек, по Олпорту, в высшей степени рационален.

Холизм—элементализм. В теории Олпорта можно отметить сложное переплетение положений холизма и элементализма, хотя первое выражено значительно сильнее. Чтобы понять расстановку сил, вспомним, что единицей анализа, по Олпорту, является черта личности. Согласно Олпорту, людей можно изучать посредством исследования черт, что следует рассматривать как очевидный элементалистский подход в персонологии. И все же Олпорт утверждал, что индивидуума невозможно понять полностью, если ограничиться лишь исследованием каждой черты в отдельности. Полагая, что при изучении индивидуума важна некая система «изменений или концептуальных схем» (черт личности), Олпорт придерживался мнения, что черта должна быть соотнесена с общей структурой личности, частью которой она является [Evans, 1971].

Таким образом, в основе элементов, черт, лежит унифицирующая, целостная сущность — проприум, включающая все аспекты личности, составляющие внутреннее единство [Allport, 1955]. Более того, наиболее существенным элементом этой личностной целостности является присущее ей проприативное стремление [Allport, 1961]. Личность скорее является непрерывно устремленным единством, направленным на достижение отдаленных целей, задач и идеалов, а не просто статичным единством в какое-то данное время. Признавая эмпирическую необходимость изучения «элементов» в персонологии, Олпорт считал, что их невозможно понять должным образом в отрыве от целостного каркаса соответствующего проприативного стремления.

Конституционализм—инвайронментализм. В своей концепции природы человека Олпорт подчеркивал почти совершенный баланс между конституцией человека и окружающей его средой. Он считал, что генетические факторы и окружающая среда равнозначны в своем влиянии на поведение человека.

По Олпорту, ни наследственность, ни окружающая среда в отдельности не определяют направления формирования личности. Умственные способности, интересы, отношения, ценности и иные личные характеристики формируются именно

благодаря взаимному воздействию наследственности и окружающей среды. Не сомневаясь, что психология должна еще многое изучить в вопросе точного механизма воздействий генетики и окружающей среды [Evans, 1971], Олпорт считал, что оба фактора имеют одинаковое значение в функционировании человека.

Изменяемость—неизменность. В теории Олпорта изменяемость и неизменность присутствуют в равной мере. Ключ к пониманию первого фактора можно найти в выражении «динамическая организация», которое является центральным в его определении личности. Это определение подразумевает, что какой бы сложившейся ни являлась личность, всегда существует по крайней мере еще одна возможность для ее роста и развития в течение жизни. Однако по-настоящему роль изменчивости в теории черт раскрывается в концепции мотивации Олпорта. В его теоретической системе люди характеризуются как целеустремленные, ориентированные на будущее и постоянно растущие. Как мы отмечали в главе 1, одним из индикаторов положения изменчивости в любой теории является концепция, объясняющая как люди могут совершенно оторваться от своего прошлого. Такую концепцию Олпорт обнаружил в функциональной автономии мотивов. В соответствии с этим подходом, мотивы человека могут изменяться на протяжении жизни, и в этом смысле может изменяться и сам человек.

Положение неизменности в равной мере присутствует в теории Олпорта. Читателю лишь следует внимательно посмотреть на само название — теория черт личности — чтобы понять ее идею. Черты объясняют устойчивое поведение человека в различных ситуациях и с течением времени. Подобный подход предполагает наличие у людей по крайней мере нескольких важных элементов, остающихся довольно стабильными во времени. Далее, что тоже указывалось в главе 1, положение неизменности может быть обнаружено в выделении центральных личностных структур, являющихся основополагающими для регуляции поведения. Этому описанию вполне соответствует определение черт личности по Олпорту. Его концепция проприума как субъективного центра личности также подтверждает наличие стабильности. Таким образом, общая теоретическая позиция Олпорта занимает промежуточное положение на оси изменяемость—неизменность.

Субъективность—объективность. Несмотря на интерес Олпорта к уникальности отдельной личности, он не считал субъективность (субъективный опыт) особо решающей в понимании человека. Действительно, в своем подходе к изучению личности он считал особенно важной уникальность. Однако в его системе уникальность следует скорее искать в динамической организации индивидуальных склонностей, а не в понятии субъективного индивидуального опыта. Таким образом, существует разница между концепциями *уникальности* и *субъективности*. В своей теории Олпорт особо подчеркивал первое; его приверженность ко второму в лучшем случае лишь незначительна.

Положение субъективности раскрывается при изучении концепции проприума. Проприум охватывает все существенные аспекты жизни человека. Проприум помогает человеку проводить границу между «субъективно значимым» и «объективно существующим». И все же, хотя проприум, по Олпорту, содержит в себе ростки субъективности, он не считал субъективность как таковую ключевым моментом для понимания человека. Для него мир субъективного опыта — лишь один из многих компонентов, составляющих личность. Психология, считал он,

станет истинно научной лишь тогда, когда она сможет разрешить проблему индивидуальной уникальности.

Проактивность—реактивность. В описании концепции устремленности Олпорт отмечал, что направленность или намерения — это цемент, скрепляющий воедино человеческую жизнь. То есть, чтобы хорошо функционировать, человеку требуется определение цели, к которой он стремится. Положение проактивности, очевидное в этом описании, еще более однозначно просматривается в том, как Олпорт представлял формирование паттерна устремленности: «Суть природы человека в том, что он стремится к относительной унификации жизни (никогда не достигая ее полностью)... Как следствие этих поисков — представляющих самую сущность человеческой природы — мы отмечаем, что поведение человека в значительной мере проактивно...» [Allport, 1961, p. 252].

Согласно Олпорту, люди живут в мире перспективных целей, жизненных амбиций и устремлений, генерируемых изнутри. Функциональная автономия служит для того, чтобы разорвать реактивные связи с прошлым; присущая человеку устремленность отрицает любое объяснение поведения лишь посредством реакций на поступающие стимулы. Приверженность Олпорта принципу проактивности сильна и недвусмысленна.

Гомеостаз—гетеростаз. Олпорт признавал обоснованность гомеостатических потребностей, составляющих примитивную и общую с животными часть мотивации человека. Но он также настаивал на том, что снижение напряжения не объясняет всего поведения человека. По сути, Олпорт чувствовал, что рост и изменение — наиболее заметные особенности личности человека. «Здоровый ребенок и взрослый человек постоянно накапливают напряжение... и продвигаются по ту сторону основного, надежного уровня гомеостаза. Стремление большинства из нас к новому опыту и новым переживаниям нельзя объяснить снижением напряжения; невозможно это объяснить и стремлением к накоплению знаний ради самих знаний, к созданию прекрасных и бесполезных произведений искусства; не объяснить этого ни стремлением любить, ни быть любимым...» [Allport, 1961, p. 90]. Таким образом, во всей теории Олпорта прослеживается сильная приверженность к положению гетеростаза.

Познаваемость—непознаваемость. Как и большинство других гуманистически ориентированных персонологов, Олпорт не был оптимистично настроен в отношении осуществимости попытки научными методами разгадать тайну человеческого поведения. Точнее говоря, он полагал, что, хотя и возможно изучение отдельных аспектов индивидуума, одна лишь наука не может обеспечить полного понимания человеческой природы. Например, Олпорт [Allport, 1966] выступал в защиту того, что он называл «эвристическим реализмом» — основного эмпирического подхода к изучению личности. Согласно этой доктрине, внутри каждого индивидуума существуют генерализованные стремления к действиям или черты личности; задача психологии — раскрыть их и описать. Поскольку черты личности не доступны прямому, непосредственному наблюдению, а лишь выводимы в результате анализа, раскрытие средствами науки их истинной природы сопряжено с целым рядом препятствий. И все же последовательный «эвристический реалист» стремится вперед. Несмотря на знание того, что полного успеха он не достигнет, как из-за сложности самой личности, так и по причине неадекватности

современных методов ее изучения, он предпочитает верить, что будущее личности отчасти или примерно познаваемо [Allport, 1966].

Поэтому Олпорт заявлял, что личность можно изучить эмпирически — но лишь какую-то одну ее сторону в процессе одной процедуры исследования. То, до какой степени наука сможет в конечном счете объединить эти отдельные элементы, чтобы описать целостную личность, остается, однако, в значительной степени неясным. А с помощью идеографического подхода Олпорта к изучению личности, в котором основной упор делается на развитие нормального индивидуума, трудно постичь природу человека как целого, поскольку таким образом мы изучаем только одного конкретного человека на протяжении его жизни. Быть может, лучше всего сказал об этом сам Олпорт, завершая свою дискуссию о подходе «эвристического реализма»: «По мере изучения мы рассматриваем его [человека] — как объективно реальное существо, чьи склонности нам, возможно, удастся выяснить — по крайней мере, частично...» [Allport, 1966, pp. 8—9]. Поэтому положение познаваемости в теории Олпорта выражено не столь абсолютно.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИЙ ТЕОРИИ ЧЕРТ ЛИЧНОСТИ

Какова эмпирическая валидность теоретической концепции личности по Олпорту? Анализ соответствующей литературы показывает, что теория Олпорта не дала толчок почти ни одному исследованию, в котором была бы поставлена цель подтверждения ее валидности. С позицией Олпорта выразили свое согласие несколько известных авторов в области персонологии [Maddi, 1989; Pervin, 1989; Ryckman, 1989]. Несмотря на то, что персонологическая теория Олпорта имеет, несомненно, творческий характер, похоже, никто не дал себе труда и времени, чтобы проверить эмпирическую обоснованность ее концепций и соответствующих утверждений. В такой эмпирической дисциплине, как психология, ни одна теория не просуществует достаточно долго, если она не порождает доступных проверке прогнозов, основанных на ее главных концепциях. Теория Олпорта в этом смысле не исключение.

Два фактора объясняют недостаточное количество исследований, основанных на теории Олпорта. Во-первых, теория построена на довольно нечетких и недостаточно определенных понятиях. Таким понятиям, как проприативное стремление, «Я» как рациональный регулятор и индивидуальная диспозиция, трудно дать рабочие определения. Во-вторых, Олпорт не счел нужным точно определить, каким образом концепция черт личности связана с его рассуждениями о развитии проприума. Стадии развития проприума человека описаны Олпортом довольно обобщенно, и он не позаботился о том, чтобы дать точное определение переменным, которые контролируют появление, сохранение и изменение феномена «Я». Имея в виду перечисленные трудности, весьма сложно сконструировать адекватные эмпирические тесты для теории Олпорта.

Несмотря на то, что эвристическая ценность теории черт личности является невысокой, она оказала определенное действие на тех, кто сегодня исследует личность и пишет о ней [Maddi, 1989]. Влияние Олпорта в значительной мере может быть отнесено за счет его метода *идеографического* изучения индивидуумов. Этот подход основан на стремлении понять характерную модель поведения

конкретного человека. В области персонологии исследователи, пользующиеся идеографическим подходом, обычно собирали информацию по автобиографическим произведениям, по опросникам с незаконченными предложениями и интервью. Эти методы могут дать богатую информацию об уникальности индивидуума [Carlson, 1988; Lamiell, 1987]. Однако Олпорт предостерегал от использования подобных процедур без применения формальных методов, связанных с *номотетическим* подходом. Номотетический подход стремится установить достоверные принципы функционирования индивидуума, применимые к людям в целом. Как полагал Олпорт, индивидуума следует изучать, принимая во внимание его собственные формулировки и язык, — то есть идеографически. И в то же время он утверждал, что персонологи должны быть готовы применять альтернативные методы исследования, если их цель — понимание соотношений между чертами личности и поведением.

Письма Дженни: идеографическое изучение черт личности

Значение идеографических методов как средства выявления личностных диспозиций индивидуума лучше всего иллюстрируют «Письма Дженни» [Allport, 1965]. Это изучение конкретного случая основывалось на личной корреспонденции женщины средних лет по имени Дженни Гроув Мастерсон, которая написала в последние годы жизни около 300 писем к молодой супружеской паре. Это были преподаватели колледжа в одном из городков на Атлантическом побережье США. Олпорт приобрел письма Дженни в 40-х годах и затем использовал их как педагогический материал в своем курсе, посвященном проблемам личности. Далее следуют выдержки из этих писем [Allport, 1965]:

> На прошлой неделе Росс позвал меня — его все еще наблюдает врач. Выглядит он очень плохо. Я пригласила его... позавтракать вместе со мной, и он согласился... Это был превосходный завтрак, и казалось, что ему тоже нравится. Знаете... чтобы Росса образумить, ему надо дать, чего он хочет, и оставить одного [*Ibid*, p. 70].

> Я не собиралась так много рассказывать, но я очень огорчена, больна и по-настоящему сломлена. Я для Росса абсолютно ничто — я для него лишь помеха и обуза [*Ibid*, p. 53].

Олпорт попросил 39 экспертов прочесть последовательно письма Дженни и затем охарактеризовать ее центральные диспозиции [Allport, 1942]. Эта процедура, получившая название *контент-анализ*, напоминает подход к изучению индивидуума с позиций здравого смысла, или подход на основе впечатлений. Для описания Дженни эксперты использовали 198 названий черт личности. Многие из них оказались синонимичными, так что Олпорт свел этот список до восьми главных черт, которые, как он полагал, наилучшим образом характеризовали личность Дженни. Болдуин [Boldwin, 1942], один из студентов Олпорта, последовательно расширял контент-анализ писем Дженни с целью более тщательного рассмотрения и статистического анализа данных. Используя метод, названный *индивидуальным структурным анализом*, он дал инструкцию ассистентам подсчитывать количество раз, когда какие-то конкретные темы и вопросы (например, деньги, искусство, женщины, природа) появлялись в каждом из писем, чтобы установить

Таблица 6–2. **Основные черты личности Дженни, выявленные с помощью методов анализа впечатлений и факторного анализа**

Характеристики с позиции здравого смысла	Черты личности как факторы
1. Вздорность, придирчивость, подозрительность; агрессивность	1. Агрессия
2. Эгоцентричность (собственничество)	2. Собственничество
3. Сентиментальность	3. Потребность в присоединении к группе, в принятии и признании семьей
4. Независимость, автономность	4. Потребность в автономии
5. Эстетизм, артистичность	5. Чувствительность
6. Эгоцентричность (жалость к самой себе)	6. Мученичество
7. (Нет параллели)	7. Сексуальность
8. Болезненная циничность	8. (Нет параллели)
9. Драматизированная впечатлительность	9. (Склонность к преувеличениям)

Источник: адаптировано из Allport, 1966, p. 7.

соотношения между группирующимися вместе категориями. Исследование Болдуина подтвердило, что личность Дженни была описана довольно точно при помощи восьми центральных личностных черт, выявленных Олпортом при предварительном анализе.

Пейж [Paige, 1966], которому Олпорт также оказывал поддержку, провел еще более формализованный анализ писем Дженни. Он использовал компьютерную программу, специально разработанную для распознавания и выделения определенных характерных прилагательных, встречающихся в письмах во взаимосвязи друг с другом. Например, некоторые обороты, используемые Дженни для выражения агрессии, враждебности, сопротивления, подпали под одну категорию со смысловым значением «нападение». Программа осуществила также частотный анализ связи выделенных категорийных слов со всеми другими словами в письмах. На основе подобной компьютеризованной оценки документа было получено восемь в высшей степени устойчивых факторов — черт личности, описывающих именно Дженни. Эти черты, выявленные при факторном анализе, оказались совершенно сходными со списком Олпорта. В табл. 6–2 приведен параллельный список групп, полученных методом контент-анализа на основе тщательного считывания рядов, а также факторы, полученные Пейжем в его исследовании. Олпорт интерпретировал сходство этих двух списков (полученных по двум различным типам анализа) как показатель достоверности его субъективных впечатлений о структуре черт личности Дженни.

Совпадают ли поведение и черты человека?

За последние два десятилетия подход к личности с точки зрения черт стал предметом особого интереса и существенных разногласий. Разногласия касаются того, до какой степени поведение человека совпадает с чертами его личности, в разное

время и в разных обстоятельствах. Эта проблема в основном не ставилась в русле диспозиционального направления, поскольку его сторонники полагают, что поведенческие тенденции у людей остаются постоянными с течением времени и с изменением ситуаций. Из этой посылки следует, что результаты измерения черт личности (обычно с помощью опросников самооценки) должны четко предсказывать виды поведения, концептуально связанные с данными чертами. То есть, если люди устойчивы в своих чертах личности, тогда мысли, чувства и поступки, отражающие какую-либо данную черту, должны быть тесно связаны.

Критики теории черт личности сфокусировали свое внимание на двух ключевых моментах. Во-первых, они утверждают, что часто люди по-разному ведут себя в различных ситуациях. Вышедшая в 1968 году книга Уолтера Мишеля «Личность и ее оценка» [Mischel, 1968] содержала утверждение о том, что люди обнаруживают гораздо меньше постоянства в различных ситуациях, чем предполагали сторонники теории черт. Мишель пересмотрел десятки исследований и пришел к заключению, что «возможно, за исключением такой черты, как интеллигентность, не была продемонстрирована высокая степень постоянства на уровне поведения, и концепция личностных черт как определенных предрасположенностей оказывается, таким образом, несостоятельной» [Mischel, 1968, p. 146]. Мишель продолжает утверждать, что в поведении больше ситуационной специфичности, чем постоянства. Во-вторых, критики теории черт предполагают, что черты — не более, чем ярлыки для разных типов поведения, которые, как нам кажется, с ними совпадают [Schweder, 1982]. Иными словами, в чертах отражаются наши стереотипы или представления о характеристиках личности, которые совпадают в нашем представлении, а не устойчивые особенности поведения. Нет необходимости говорить, что эти два направления критики вызвали оживленные дебаты, поскольку они наносят удар в самое сердце данной концепции личности. Почему, в самом деле, концепция черт личности должна считаться важной для предсказания поведения, если в своих поступках люди не постоянны?

Доказательство, приведенное Мишелем [Mischel, 1968, 1973] в поддержку своей теории о том, что на поступки людей ситуационные факторы оказывают большее влияние, чем черты личности, было впечатляющим. Он показал, что связь между поведением, демонстрируемым в одной ситуации, и поведением такого же рода в другой ситуации очень слаба. Фактически, средний кросс-ситуативный коэффициент корреляции составил лишь +0,30. Столь малый коэффициент означает, что поведение, оцененное в одной ситуации, объясняет лишь 9% ($0,30 \times 0,30 = 0,09 = 9\%$) поведения, измеряемого в другой ситуации, а оставшийся 91% остается необъясненным. В практическом смысле это означает, что кто-то, будучи очень робким и застенчивым в одной ситуации, оказывается очень общительным в другой.

Обобщение поведенческих реакций. Высказывания Мишеля заставили многих исследователей выступить в защиту теории черт личности. Например, Эпштейн утверждает, что результаты многих исследований, к которым обращался Мишель, касались лишь отдельных действий или оценок поведения в единичных случаях, и рассмотрение их ведет к недооценке кросс-ситуативного постоянства [Epstein, 1983, 1986]. По мнению Эпштейна, исследователи обычно используют показатель выраженности соответствующей черты личности для предсказания оп-

ределенного вида поведения. В качестве поведенческих характеристик могут выступать такие, как, например, количество времени, необходимое для выполнения лабораторной работы, или оценка (в баллах) вероятности того, что человек станет донором. При том, что сама мера выраженности черты личности может хорошо предсказывать изучаемое поведение, Эпштейн утверждает, что в этом случае прогноз невозможен, поскольку использование одного-единственного показателя поведения оказывается в высшей степени ненадежным. Неудивительно, заявляет Эпштейн, что корреляции между оценками по шкале личностных черт и поведением часто не преодолевают барьер в +0,30. Проблема заключается в том, что исследователи неправильно измеряют поведение. Решение — в аггрегации (накопление данных).

Как исследовательская процедура, *аггрегация* включает в себя совокупность единичных измерений одной и той же поведенческой реакции во множестве случаев. Например, если исследователя интересует, сколько времени студенты проводят за телевизором, он будет наблюдать за их поведением каждый вечер в течение нескольких недель. Это поможет получить гораздо более надежную и достоверную оценку того, сколько времени студенты проводят перед «голубым экраном», чем наблюдение за ними в течение одного вечера. При объединении данных, как утверждает Эпштейн и другие диспозициональные персонологи, можно обнаружить устойчивую связь между оценками черт личности и поведения. Эпштейн рассмотрел этот вопрос в четырех отдельных исследованиях [Epstein, 1979]. Он получил существенно более высокие коэффициенты стабильности для различных параметров (например, физиологические переменные, головные боли, положительные и отрицательные эмоции, социальное поведение) при возрастании количества последующих измерений этих параметров. В ряде других исследовательских работ также подтверждается полезность аггрегации при установлении связей между чертами личности и поведением. (Обзор литературы на эту тему см.: Rushton et al., 1983.)

Идентификация устойчивых черт. По мнению ряда исследователей, Мишель не принял во внимание тот факт, что некоторые люди устойчивее других в своем поведении, а также что один и тот же человек с большим постоянством демонстрирует какие-то одни определенные черты, а другие — от случая к случаю [Bem, Allen, 1974; Kenrick, Stringfield, 1980]. Суть этого аргумента заключается в том, что черты личности с большой вероятностью могут предсказывать только поведение тех людей, у которых данная черта явно выражена. В терминологии Олпорта это либо кардинальные, либо центральные диспозиции.

Кенрик и Стрингфилд [Kenrick, Stringfield, 1980] предложили испытуемым опросник самооценки, охватывающий 16 черт личности, а затем показали, насколько поведение этих людей, связанное с данной чертой, варьирует от ситуации к ситуации. Кроме того, испытуемые ставили отметки рядом с каждой из 16 черт: по этим отметкам делался вывод о том, какие черты личности сами испытуемые считали у себя более устойчивыми, а какие — нет. И наконец, Кенрик и Стрингфилд использовали ответы друзей и родителей испытуемых — заполняя данный опросник, те оценивали их личностные особенности. Средняя корреляция между показателями самооценки и оценками родителей и друзей составила r = +0,25. Однако при проверке гипотезы о том, что некоторые люди могут быть более

постоянными, чем другие, относительно определенной черты личности, получилась иная картина. В частности, когда Кенрик и Стрингфилд рассматривали только «наиболее устойчивые» черты по субъективной оценке испытуемых, выяснилось следующее. Корреляция между показателями самооценки и оценками родителей испытуемых составила r = +0,62; между показателями самооценки и оценками друзей — r = +0,61; между оценками родителей и друзей — r = +0,61. С другой стороны, когда исследователи брали лишь ту черту, которую каждый субъект отмечал как «наименее устойчивую», три аналогичных оценки составили соответственно +0,16, +0,12 и +0,39. Эти результаты наводят на мысль о том, что определенные черты личности устойчивы у тех людей, которые сами считают себя постоянными в отношении этих черт. Следует, однако, отметить, что Кенрик и Стрингфилд не ранжировали показатели фактического поведения у своих испытуемых. Мишель и Пик [Mischel, Peake, 1982, 1983] показали, что исследования, в которых применялся указанный метод, давали высокий уровень достоверности прогноза лишь в том случае, когда использовались оценки какой-либо глобальной черты личности, а не фактического поведения. Тем не менее, исследования последних лет подтвердили полученные результаты, и все больше персонологов считают этот метод потенциально пригодным для предсказания поведения людей, у которых определенная черта является выраженной [Baumeister, Tice, 1988].

Интеракционизм. Споры между сторонниками теории черт личности и сторонниками ситуативных факторов в последние годы практически прекратились. Теперь многие персонологи признают, что важными детерминантами поведения являются как черты личности, так и ситуационные переменные. Идея подхода, получившего название *интеракционизм*, заключается в необходимости обращать больше внимания на то, каким образом взаимодействие черт личности и ситуаций влияет на поведение человека. Эта идея имеет длинную историю. В действительности, еще в 1937 году Олпорт писал, что «черты характера часто проявляются в одной ситуации и отсутствуют в другой» [Allport, 1937, p. 331]. Надо воздать ему должное за то, что еще более 50 лет назад он наметил в психологии личности тему, актуальную и в наши дни. Мы еще вернемся к значению интеракционизма в обзоре социально-когнитивной теории Альберта Бандуры в главе 8.

А сейчас рассмотрим прикладное значение теории Олпорта.

ПРИМЕНЕНИЕ: ИЗУЧЕНИЕ ЦЕННОСТЕЙ

Как уже отмечалось в этой главе, в своем описании зрелой личности Олпорт подчеркивал важность объединяющей философии жизни. Он также утверждал, что такая философия основана на *ценностях*, то есть на убеждении человека в том, что поистине важно в жизни, а что — нет. Полагая, что усилия человека найти порядок и смысл в жизни определяются ценностями, Олпорт взялся за задачу их выявления, определения и измерения. То, что его научный поиск увенчался успехом, демонстрирует хорошо известный личностный тест, в создании которого он принимал активное участие, — «Тест изучения ценностей». Этот тест был впервые опубликован в 1931 году, и в наше время мы пользуемся его третьим изданием [Allport et al., 1960]. В контексте теории черт данный тест иллюстрирует попытку

Олпорта разложить чрезвычайно сложную составляющую личности (ценности) на измеряемые опытным путем элементы.

Для решения этой сложной задачи Олпорту нужна была концептуальная модель, которая могла бы объяснить различия в системах ценностей у индивидуумов. Необходимую модель он нашел в работе Эдуарда Шпрангера (Eduard Spranger), европейского психолога. В своей книге «Типы людей» (1922) Шпрангер вывел шесть основных типов ценностей. Представленные как основные альтернативные направления ценностных ориентаций (а не как шесть типов личности), эти ценности присущи в различной мере всем людям; они являются стержневыми в человеческой жизни [Allport, 1961]. Итак, ни один человек не подпадает исключительно под какую-либо одну из основных ценностных ориентаций; скорее у разных людей наблюдаются различные комбинации ценностей. Согласно Олпорту, эти ценности лучше всего представить как черты более глубокого уровня. Описание этих черт дается ниже.

1. Теоретическая. Человек, придающий особое значение этой ценности, прежде всего заинтересован в раскрытии *истины*. Такой человек характеризуется рациональным, критическим и эмпирическим подходами к жизни. Теоретический тип в высшей мере интеллектуален и чаще избирает для себя деятельность в области фундаментальной науки или философии.

2. Экономическая. «Экономический» человек выше всего ценит то, что *полезно* или *выгодно*. Он исключительно «практичен» и прочно придерживается стереотипа преуспевающего американского бизнесмена. Представители этого типа живо интересуются тем, как делать деньги; знания, не находящие конкретного применения, они считают бесполезными. Многие блестящие достижения в области техники и технологии явились результатом реализации научных потребностей людей экономического склада.

3. Эстетическая. Такой человек больше всего ценит *форму* и *гармонию*. Воспринимая любые жизненные явления с точки зрения привлекательности, симметрии или уместности, относящиеся к этому типу люди трактуют жизнь как ход явлений, при котором каждый отдельный индивидуум наслаждается жизнью ради самого себя. Эстетический субъект не обязательно будет творцом, художником, но его наклонности могут проявляться в повышенном и активном интересе к эстетическим сторонам жизни.

4. Социальная. Наивысшей ценностью для социального типа является *любовь людей*. Весьма вероятно, что такой человек будет рассматривать теоретические, экономические и эстетические подходы к жизни как холодные и негуманные, считая любовь единственной приемлемой формой человеческих взаимоотношений. В чистом виде социальная установка является альтруистической и тесно связана с религиозными ценностями.

5. Политическая. Доминирующим интересом политического типа является *власть*. Профессиональная активность людей этого типа не обязательно ограничивается сферой политики, поскольку лидеры в любой области обычно выше всего ценят власть и влияние. Таким образом, у «политических личностей» существуют явные индивидуальные различия в отношении ценности власти. В то же время



Развитие промышленности и технологии часто является результатом требований, предъявляемых экономическими личностями к науке.
(Joseph Schuyler/Stock, Boston)

незавуалированное выражение данного мотива у политического типа отвергает все другие в жажде личной власти, влияния, славы и известности.

6. Религиозная. Представители этого типа, главным образом, заинтересованы в понимании мира как *единого целого*. Однако способы выражения этого желания могут быть различными. Например, одни религиозные личности являются «имманентными мистиками», которые находят смысл в самоутверждении и активном участии в жизни. В то же время другие являются «трансцендентными мистиками», стремящимися соединиться с высшей реальностью путем отстранения от жизни (например, монахи). Независимо от способа самовыражения, религиозная личность видит в мироздании единство и высший смысл.

Олпорт оценивал индивидуальные различия степени выраженности данных шести ценностных ориентаций при помощи «Теста изучения ценностей». Разработанный и унифицированный с помощью студентов колледжа, тест состоит из 45 вопросов, и для его проведения требуется около 20 минут. Подобно другим многофакторным личностным тестам, он дает оценку по каждому фактору (ценности). Комбинация оценок графически выражается в виде профиля ценностных ориентаций данного испытуемого. Профили полезны для целей учебной демонстрации, и особенно для профессиональной ориентации клиентов. В целом, надежность и валидность получаемых данных подтверждает практичность этого теста. Кроме того, усредненные оценки по каждой из шести ценностей различаются в ожидаемых направлениях для представителей различных профессий. Студенты, изучавшие бизнес, получили наивысшие показатели по экономической ценности; студенты, изучавшие искусство и дизайн, — по эстетической; а студенты, посвятившие себя теологии, — по религиозной [Allport et al., 1960].

Хотя в настоящее время этот тест уже не столь популярен как прежде, он точно отражает положение Олпорта о том, что ценности представляют собой существенную часть личности.

ПОДХОД К ЛИЧНОСТИ С ПОЗИЦИИ ФАКТОРНОГО АНАЛИЗА

В отличие от идеографического изучения черт по Олпорту, существенно иное направление в психологии черт личности открывается благодаря статистическому методу, известному как *факторный анализ*. Теоретики, использующие факторный анализ, полагают, что основополагающие аспекты личности являются общими для всех; то есть основные элементы, из которых формируется структура личности, универсальны. Сторонники применения факторного анализа для изучения черт считают также, что люди обладают стойкой предрасположенностью реагировать определенным образом и что основные параметры личности имеют иерархически упорядоченную структуру. Ключевая особенность данного подхода к изучению личности состоит в количественном измерении черт личности. Выдающимися представителями этого количественного научного метода являются Рэймонд Кеттел и Ганс Айзенк. Данный раздел главы посвящен их вкладу в персонологию. Однако сначала мы сделаем небольшое отступление, чтобы рассмотреть процедуру проведения факторного анализа согласованных структур личности.

Метод факторного анализа

Факторный анализ представляет собой в высшей степени сложную математическую процедуру, рассмотрение которой выходит за рамки этой книги, однако логика, лежащая в его основе, сравнительно проста для понимания. По сути, это метод определения степени совместной изменчивости в большом наборе психологических переменных, полученных при тестировании представительной группы испытуемых. Основная посылка состоит в том, что определенные характеристики коррелируют, или являются ковариантными, таким образом, что это дает возможность выделить некий самостоятельный психологический показатель или фактор. Посредством изучения типов ковариации («что с чем связано») факторный анализ позволяет работать с огромными массивами данных, полученных путем различных измерений, приводя их к меньшему ряду групп или факторов, более пригодному для обработки. Предположим, например, что исследователю необходимо установить наличие взаимосвязей среди 50 различных личностных переменных, причем каждая из них представлена неким результатом или показателем теста. Вместо того, чтобы пытаться изучать все взаимосвязи среди этих переменных (свыше 12 000 корреляций), исследователь может свести их к меньшему числу переменных, достаточно полно характеризующих всю совокупность данных. Переменные, образующие этот ряд, называются *факторами*.

Начальным этапом в проведении факторного анализа является получение нескольких переменных в большой выборке результатов измерений испытуемых. Измерение может проводиться в самой различной форме, включая самооценку, экспертные оценки и оценки объективного поведения. Тип или источник данных

значения не имеет при условии, что для всех субъектов используются одни и те же виды измерения. То, какие именно данные мы собираем и анализируем, с очевидностью определяет, какие личностные параметры мы получим в результате факторного анализа. Что получается из факторного анализа, зависит от того, что психолог в этот анализ вводит!

Вторым этапом процедуры является определение степени взаимосвязи каждой переменной с каждой другой переменной в общем ряду. Таким образом, при изучении 50 переменных должна быть определена взаимосвязь между переменной *a* и переменной *b*, переменной *a* и переменной *c*, *a* и *d* и т. д., а также взаимосвязь между переменными *b* и *c*, *b* и *d* и т. д. Мера или степень взаимосвязи представляет собой коэффициент корреляции, а общее множество корреляций между всеми переменными — это *корреляционная матрица*. Следующим этапом будет определение того, есть ли в пределах общей корреляционной матрицы группы переменных, которые имеют сходные закономерности изменения коэффициентов корреляции, образуя функциональные единицы в общем наборе (факторы). В этой процедуре, называемой *выявление фактора*, многочисленные взаимосвязи между всеми переменными сводятся к сравнительно малому числу факторов. Для одного фактора определяющими считаются те переменные, которые наиболее сильно коррелируют между собой. По сути, факторы — это «просто структуры или модели, создаваемые сходимостью результатов измерений» [Kerlinger, 1973, p. 671].

Как только из корреляционной матрицы извлечены общие факторы, следующим этапом анализа будет определение факторных нагрузок значений переменных, относящихся к данному фактору. *Факторные нагрузки* — это корреляции между фактором, как функциональным целым, и значениями конкретных переменных, входящих в этот фактор. Это показатель того, до какой степени значение какой-либо переменной совпадает с основополагающим параметром данного фактора. Относительно высокие корреляции между значениями переменных и фактором (обычно требуется, чтобы они были не ниже 0,40) «нагружают» этот фактор, то есть данные переменные являются определяющими для данного фактора, а переменные, имеющие низкий коэффициент корреляции, — нет. Короче говоря, природа фактора определяется значениями переменных, нагружающих этот фактор.

Заключительным этапом в факторном анализе является формулировка названия, или маркировка факторов. Суть процесса маркировки состоит в том, чтобы как можно более точно отразить содержание переменных, нагружающих фактор, в особенности переменной, которая имеет наибольший вес. Название для данного фактора выбирают с учетом смыслового значения той группы взаимосвязанных переменных, которая преимущественно нагружает этот фактор. Следует отметить, что название, данное определенному фактору, в высшей степени субъективно и может стать предметом споров и разногласий. Например, два психолога, изучающие один и тот же ряд факторов, могут выбрать разные названия для каждого из них и, следовательно, прийти к разным заключениям относительно природы изучаемых переменных. Поэтому при выборе названий факторов, или черт личности, следует проявлять чрезвычайную аккуратность.

Итак, факторный анализ представляет собой статистический метод суммирования и упрощения рядов переменных, при котором сравнительно большой ряд

переменных сводится к сравнительно малому ряду измерений черт личности, или факторов. Основные этапы осуществления типичного факторного анализа сводятся к следующему:

- сбор показателей по всем переменным на большой выборке испытуемых;
- получение интеркорреляций всех переменных;
- извлечение факторов из корреляционной матрицы;
- определение нагрузок факторов;
- интерпретация и подбор названий для факторов.

Получив вводную информацию о технике факторного анализа, рассмотрим теперь, как Кеттел и Айзенк использовали эту процедуру для идентификации основных аспектов человеческой личности.

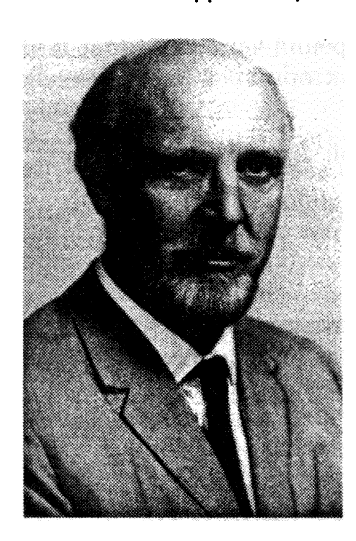
РЭЙМОНД КЕТТЕЛ: СТРУКТУРНАЯ ТЕОРИЯ ЧЕРТ ЛИЧНОСТИ

В отличие от многих других теоретиков Кеттел начал не с клинических наблюдений или интуитивных представлений о природе человека. Наоборот, его подход прочно основан на использовании точных эмпирических методов исследования. Приверженность Кеттела конструированию научной модели поведения определялась одной ведущей целью: раскрыть (с помощью метода факторного анализа) основные черты личности. Он полагает, так же как и Олпорт, что личностные черты составляют ядро структуры личности, и в конечном счете они ответственны за то, что будет делать человек в данной ситуации. Как и Олпорт, Кеттел различает общие и уникальные черты. Однако он не разделяет точку зрения Олпорта, согласно которой черты в самом деле существуют внутри человека. По Кеттелу, черты не имеют никакого реального нейрофизиологического статуса и как таковые могут быть обнаружены лишь при точном измерении наблюдаемого поведения.

Попытка Кеттела разработать теорию черт личности на основе сложного статистического анализа объективных поведенческих характеристик достойна восхищения. Результатом его усилий является, быть может, наиболее комплексная система воззрений в современной персонологии. Несмотря на сложность теории Кеттела, его концепции необходимо серьезно изучать тем, кто посвятил себя исследованию личности.

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Рэймонд Бернард Кеттел (Raymond Bernard Cattell) родился в 1905 году в Стаффордшире, Англия. В своей автобиографии он вспоминает, что его детские годы были счастливыми и наполненными такими занятиями, как хождение под парусами, исследование пещер и плавание [Cattell, 1974]. Однако относительное спокойствие его детства было прервано, когда Англия вступила в первую мировую войну. Военный госпиталь находился по соседству с их домом, и девятилетний Кеттел видел сотни раненых солдат, возвращающихся из Франции. Позднее он



Рэймонд Б. Кеттел (род. 1905).

осознал, какой отпечаток оставили на его собственной жизни эти переживания детских лет: «Постоянно и беззвучно в мою жизнь входило неизменное чувство серьезности, основанное на ощущении, что вряд ли позволительно быть менее самоотверженным, чем эти раненые солдаты, и нового чувства для мальчишки — быстротечности человеческой жизни и необходимости совершенствования ее по мере возможности» [Cattell, 1974, p. 63].

В 16 лет Кеттел поступил в Королевский колледж Лондонского университета, где обучался главным образом физике и химии. За несколько месяцев до окончания и получения диплома с отличием он обнаружил, что профессиональная подготовка по физическим наукам не отвечает его возросшему интересу к социальным проблемам. Игнорируя советы друзей и одноклассников, Кеттел решает посвятить свой диплом, да и карьеру, психологии. В 1929 году он получает звание доктора философии в Лондонском университете. Будучи студентом-дипломником, он работал в качестве научного ассистента у Чарльза Спирмена, знаменитого британского психолога, разработавшего метод факторного анализа.

После получения докторского звания в области психологии в течение пяти лет (1932–1937) Кеттел работал директором психологической клиники в Англии, после чего уехал в Нью-Йорк, где провел год, работая адъюнкт-профессором вместе с человеком большой эрудиции, теоретиком Колумбийского университета Е. Л. Торндайком. С этого времени он остается в Соединенных Штатах. В 1938 году он поступает работать на факультет Университета Кларка, где в то время профессором психологии работал Г. Стэнли Холл, а затем в 1941 году занимает должность лектора психологии в Гарварде. В 1945 году Кеттел перешел в Университет Иллинойса, где и оставался в течение почти 30 лет в должности директора лаборатории личности и группового анализа. В 1973 году Кеттел оставил свою должность в Университете Иллинойса и переехал в Боулдер, штат Колорадо, где основал Институт по исследованию основ морали и самореализации. С 1977 года он становится консультирующим профессором при Гавайском университете,

а также почетным профессором в Иллинойсе. Он все еще активно участвует в исследовательской работе и пишет научные труды.

Один из наиболее плодовитых теоретиков в области изучения личности, Кеттел опубликовал за свою карьеру около 35 книг и 400 исследовательских статей. Наиболее достойны внимания следующие его книги: «Описание и измерение личности» (1946); «Личность: системное теоретическое и фактическое исследование» (1950); «Научный анализ личности» (1965); «Наследование личности и способностей» (1982) и «Бейондизм: религия от науки» (1987).

ТЕОРИЯ ЧЕРТ ЛИЧНОСТИ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

Теория Кеттела стремится объяснить сложные взаимодействия между системой личности и более объемной социокультурной матрицей функционирующего организма. Он убежден в том, что адекватная теория личности должна учитывать многочисленные черты, составляющие индивидуальность, степень обусловленности этих черт наследственностью и влиянием окружающей среды, а также то, каким образом генетические факторы и факторы окружающей среды взаимодействуют между собой, влияя тем самым на поведение. Он утверждает, что адекватная теория функционирования и развития личности должна непременно строиться на строгих методах исследования и точных измерениях. Его излюбленными методами изучения личности являются мультивариативная статистика и факторный анализ.

Согласно Кеттелу, личность — это то, что позволяет нам предсказать поведение человека в данной ситуации [Cattell, 1965]. Будучи сторонником математического анализа личности, он придерживался мнения, что предсказание поведения может быть осуществлено посредством *уравнения спецификации*. Главная формула, используемая Кеттелом для предсказания поведения с определенной степенью точности, имеет вид:

$$R = f(S, P).$$

Здесь сказано, что природа специфической ответной реакции человека (R), означающей, что он делает, или думает, или выражает словами, есть некая неопределенная функция (f) от стимулирующей ситуации (S) в конкретный момент времени и от структуры личности (P). Уравнение спецификации показывает, что характерная реакция на какую-либо ситуацию представляет собой функцию от комбинации всех черт, значимых для данной ситуации; причем каждая черта взаимодействует с ситуационными факторами, которые могут оказать на нее влияние.

Кеттел признает, как трудно предсказать поведение какого-либо человека в данной ситуации. Чтобы повысить точность предсказания, персонолог должен рассматривать не только те черты, которыми обладает личность, но также и не относящиеся к чертам переменные, такие как настроение человека в данный момент и конкретные социальные роли, требуемые ситуацией. Более того, необходимо взвешивать каждую черту с точки зрения ее значимости в рассматриваемой ситуации. Например, если бы человек оказался в эмоционально возбуждающей ситуации, тогда в предсказании его ответной реакции наибольший вес следовало бы приписать такой черте, как тревожность. Поэтому уравнение $R = f(S, P)$ представляет

упрощенный экстракт теории Кеттела о чертах личности. Однако с познавательной точки зрения нельзя забывать, что эта главная формула подтверждает убежденность Кеттела в том, что поведение человека можно определить и предсказать.

Структурные принципы: категории черт личности

Несмотря на утверждение Кеттела о том, что поведение определяется взаимодействием черт и ситуационных переменных, его главная организующая концепция личности заключается в описаниях различных типов выявленных им черт. Согласно Кеттелу, черты личности представляют собой относительно постоянные тенденции реагировать определенным образом в разных ситуациях и в разное время. Спектр действия этих тенденций чрезвычайно велик. Иначе говоря, черты представляют собой гипотетические психические структуры, обнаруживающиеся в поведении, которые обуславливают предрасположенность поступать единообразно в различных обстоятельствах и с течением времени. Черты личности отражают устойчивые и предсказуемые психологические характеристики и, безусловно, являются наиболее важными в концепции Кеттела.

Как отмечалось ранее, в исследовании структурных элементов личности Кеттел в значительной мере полагается на факторный анализ [Cattell, 1965, 1978]. В результате проведения многократных процедур факторного анализа данных, собранных в ходе исследования тысяч субъектов, он приходит к выводу, что черты личности можно классифицировать или разбить на категории несколькими способами. Рассмотрим предложенные Кеттелом принципы классификации черт (Кеттел использует также термин *факторы*).

Поверхностные черты—исходные черты. *Поверхностная черта* представляет собой совокупность поведенческих характеристик, которые при наблюдении выступают в «неразрывном» единстве. Например, наблюдаемые проявления неспособности сосредоточиться, нерешительности и беспокойства могут быть тесно связаны друг с другом и составлять поверхностную черту невротизма. Здесь невротизм подтверждается набором взаимосвязанных видимых элементов, а не какого-то одного из них. Поскольку поверхностные черты не имеют единой основы и временного постоянства, Кеттел не считает их значимыми для объяснения поведения.

Исходные черты, напротив, представляют собой основополагающие структуры, которые, как считает Кеттел, образуют блоки самого здания личности. Эти некие объединенные величины или факторы, определяющие, в конечном счете, то постоянство, которое наблюдается в поведении человека. Исходные черты существуют на «более глубоком» уровне личности и определяют различные формы поведения на протяжении длительного периода времени.

Проведя обширную исследовательскую работу с использованием факторного анализа, Кеттел [Cattell, 1979] пришел к выводу о том, что основополагающая структура личности образована примерно шестнадцатью исходными чертами (табл. 6–3). Эти факторы черт личности, вероятно, более известны в связи со шкалой, которая теперь используется для их измерения: опросник Кеттела «Шестнадцать личностных факторов» (Sixteen Personality Factor Questionnaire, 16 PF). Данная шкала самооценки и несколько других, также разработанных Кеттелом,

Таблица 6–3. **Основные исходные черты, выявляемые с помощью опросника Кеттела «Шестнадцать личностных факторов» (16 PF)**

Обозначение фактора	Название фактора по Кеттелу	Качество, соответствующее высокой оценке по фактору	Качество, соответствующее низкой оценке по фактору
A	Отзывчивость—отчужденность	Добродушный, предприимчивый, сердечный	Циничный, жестокий, безразличный
B	Интеллект	Сообразительный, абстрактно мыслящий	Глупый, конкретно мыслящий
C	Эмоциональная устойчивость—эмоциональная неустойчивость	Зрелый, реалистичный, спокойный	Неустойчивый, нереалистичный, неконтролируемый
E	Доминантность—подчиненность	Уверенный, конкурирующий, упрямый	Застенчивый, скромный, покорный
F	Рассудительность—беспечность	Серьезный, молчаливый	Беззаботный, полный энтузиазма
G	Сознательность—безответственность	Ответственный, моралистический, стоический	Пренебрегающий правилами, нерадивый, непостоянный
H	Смелость—робость	Предприимчивый, раскованный	Неуверенный, замкнутый
I	Жесткость—мягкость	Опирающийся на свои силы, независимый	Цепляющийся за других, зависимый
L	Доверчивость—подозрительность	Принимающий условия	Упорный на грани глупости
M	Мечтательность—практичность	Творческий, артистичный	Консервативный, приземленный
N	Дипломатичность—прямолинейность	Социально опытный, сообразительный	Социально неуклюжий, непретенциозный
O	Склонность к опасениям — спокойствие	Беспокойный, озабоченный	Спокойный, самодовольный
Q1	Радикализм—консерватизм	Вольнодумно либеральный	Уважающий традиционные идеи
Q2	Самодостаточность—конформизм	Предпочитающий собственные решения	Беспрекословно следующий за другими
Q3	Недисциплинированность—контролируемость	Следующий собственным побуждениям	Пунктуальный
Q4	Расслабленность—напряженность	Сдержанный, спокойный	Переутомленный, возбужденный

Источник: адаптировано из Cattell, 1965.

оказались чрезвычайно полезными и популярными как в прикладных, так и в теоретических исследованиях. Ниже будет представлено обсуждение исходных черт, оцениваемых с помощью опросника «16 PF».

Конституциональные черты—черты, сформированные окружающей средой. Согласно Кеттелу, исходные черты можно разделить на два подтипа — в зависимости от их источника. *Конституциональные черты* развиваются из биологических и физиологических данных индивидуума. Например, выздоровление от пристрастия к кокаину может быть причиной внезапной раздражительности, подавленности и беспокойства. Кеттел мог бы утверждать, что подобное поведение является следствием изменений физиологии человека и, таким образом, отражает конституциональные исходные черты.

Черты, сформированные окружающей средой, наоборот, обусловлены влияниями в социальном и физическом окружении. Эти черты отражают характеристики и стили поведения, усвоенные в процессе научения, и формируют модель, запечатленную в личности ее окружением. Поэтому человек, выросший на ферме Среднего Запада, ведет себя не так, как человек, который провел жизнь в городских трущобах.

Способность, темперамент и динамические черты. Исходные черты, в свою очередь, могут быть классифицированы в терминах модальности, посредством которой они выражаются. *Способности* как черты определяют умения человека и его эффективность в достижении желаемой цели. Интеллект, музыкальные способности, зрительно-моторная координация — вот некоторые примеры способностей. *Черты темперамента* относятся к другим эмоциональным и стилистическим качествам поведения. Например, люди могут работать над каким-то заданием либо быстро, либо медленно; они могут реагировать на какой-то кризис спокойно или истерично. Кеттел рассматривает черты темперамента как конституциональные исходные черты, определяющие эмоциональность человека. Наконец, *динамические черты* отражают мотивационные элементы поведения человека. Это черты, активирующие и направляющие субъекта к конкретным целям. Так, например, личность может быть охарактеризована как амбициозная, стремящаяся к власти или заинтересованная в приобретении материальных благ.

Общие черты—уникальные черты. Как и Олпорт, Кеттел [Cattell, 1965] убежден в том, что имеет смысл классифицировать черты на общие и уникальные. *Общая черта* — это такая черта, которая присутствует в различной степени у всех представителей одной и той же культуры. Например, самооценка, интеллект и интроверсия относятся к общим чертам. И напротив, *уникальные черты* — это такие черты, которые имеются лишь у немногих или вообще у кого-то одного. Кеттел предполагает, что уникальные черты особенно часто проявляются в сферах интересов и установок. Например, Салли — единственный человек, собравший коллекцию сообщений о детской смертности в Швеции и Канаде в 1930 году. Очень немногие люди, если такие вообще найдутся, разделили бы этот интерес.

Практически все исследования Кеттела посвящены общим чертам, но признание им уникальных черт дает возможность подчеркнуть значение неповторимой индивидуальности людей. Он также полагает, что сама по себе организация общих черт в личности всегда уникальна. Однако нам не следует преувеличивать значе-

ние признания Кеттелом уникальности комбинации черт у каждого конкретного человека. В действительности его намного больше интересовали общие принципы поведения, чем личность конкретного индивидуума.

Источники данных для факторного анализа

Мы уже отмечали, что Кеттел особо подчеркивает значение факторного анализа для определения главных черт личности. Однако, прежде чем перейти к процедуре факторного анализа, необходимо сначала собрать массу данных по огромной выборке. Свои данные Кеттел черпает из трех основных источников: данные регистрации реальных жизненных фактов (L-данные), данные самооценки при заполнении анкет (Q-данные) и данные объективных тестов (ОТ-данные).

Первые, *L-данные*, представляют собой результаты измерения поведения в конкретных повседневных ситуациях, такие как успеваемость в школе или взаимоотношения со сверстниками. Эти данные могут также включать оценки личностных особенностей, даваемые людьми, хорошо знающими обследуемого в реальных жизненных ситуациях (например, сотрудниками). *Q-данные* — это, напротив, самооценки человека, касающиеся его поведения, мыслей и чувств. Подобная информация отражает самоанализ и самонаблюдения личности. Для получения Q-данных Кеттел разработал специальные тесты самооценки, из которых наибольшего внимания заслуживает опросник «Шестнадцать личностных факторов» [Cattell et al., 1970]. В то же время он выражает определенные сомнения в отношении этого типа данных: люди не всегда знают себя достаточно хорошо или же могут намеренно искажать или фальсифицировать ответы. Он предупреждает исследователей, что к данным самооценки следует подходить с осторожностью. И наконец, *ОТ-данные* получаются в результате моделирования специальных ситуаций, в которых действия личности по выполнению определенных заданий могут быть оценены объективно. Здесь, по мнению Кеттела, отличительной особенностью является то, что человека помещают в придуманные «миниатюрные ситуации», и он реагирует, не зная по каким критериям оцениваются его ответы. Например, человеку могут предложить тест Роршаха, не дающий возможности для какой бы то ни было подделки. Итак, ОТ-данные трудно исказить.

Выявление исходных черт эмпирическим путем. Чтобы отразить сложность личности и создать *многоплановую стратегию исследования*, Кеттел считает необходимым использовать многие источники данных. Такой подход учитывает одновременно различные проявления параметров личности, однако он не дает возможности исследователю манипулировать переменными. Кеттел утверждает: если такое многоплановое исследование, как факторный анализ, действительно способно достоверно определять функциональные блоки личности, тогда те же самые факторы или исходные черты можно будет получать по трем вышеупомянутым различным типам данных. Это логическое утверждение предполагает, что каждый источник данных фактически измеряет общераспространенные и основополагающие черты личности.

Первоначально Кеттел подвергал факторному анализу только L-данные. Он обнаружил 15 факторов, которые, как представлялось, наилучшим образом

объясняли индивидуальность человека. Затем он вместе с коллегами попытался определить, будут ли подобные факторы получены на основе Q-данных. Были разработаны буквально тысячи пунктов опросника, которые предлагались для заполнения очень большому количеству людей, после чего данные были подвергнуты факторизации с целью выяснения совпадающих пунктов. Результатом этих колоссальных исследовательских усилий явился «16 PF». Список исходных черт, выведенных с помощью «16 PF», представлен в табл. 6–3. В целом, факторы, обнаруженные с помощью Q-данных, совпадали с факторами, выявленными с использованием L-данных; только некоторые из них оказались единственными в своем роде для обоих видов данных. И в частности, первые 12 факторов, перечисленные в табл. 6–3, встретились как в Q-данных, так и в L-данных, в то время как последние четыре фактора, полученные по Q-данным, не соответствовали L-данным.

Касаясь вопроса о степени влияния черт личности на поведение, Кеттел [Cattell, 1965] высказал мнение, что одна черта сильнее другой в том случае, если она имеет высокие нагрузки в большем количестве образцов поведенческих проявлений (то есть общего набора черт, которые могут быть использованы для описания личности). Поэтому фактор A (отзывчивость—отчужденность) является самой сильной чертой из перечисленных в табл. 6–3, поскольку он оказывает большее влияние на поведение людей в различных ситуациях, чем любая другая черта. Идет ли речь о таких событиях, как успеваемость в школе, эффективность секретарской работы, подвиг солдата или удачный брак, — во всех этих случаях фактор A вносит весьма значительный вклад в деятельность человека. Не столь многочисленны ситуации, в которых принимает участие фактор B (интеллект); и еще меньше таких, в которых существенную роль играет фактор C (эмоциональная устойчивость), и так далее, по всему списку. Следовательно, сила черты определяется ее значимостью для регуляции поведения в различных обстоятельствах.

Роль наследственности и окружающей среды. Уникальность Кеттела как ученого состоит в том, что он сделал попытку определить сравнительный вклад наследственности и окружающей среды в развитие черт личности. С этой целью он разработал статистическую процедуру — *многопрофильный абстрактный вариантный анализ* (Multiple Abstract Variance Analysis, MAVA), оценивающий не только наличие или отсутствие генетического влияния, но также и степень обусловленности черт генетическим влиянием или воздействием окружающей среды [Cattell, 1960]. Эта процедура предполагает сбор данных о различных проявлениях сходства между однояйцевыми близнецами, выросшими в одной семье; между сиблингами (братьями и сестрами), выросшими в одной семье; однояйцевыми близнецами, воспитанными в разных семьях и родными братьями и сестрами, выросшими врозь. Результаты применения техники MAVA (основанной на использовании личностных тестов для оценки той или иной черты личности) показывают: значение генетических и средовых влияний существенно меняется от черты к черте. Например, данные указывают на то, что около 65–70% вариаций в оценках интеллекта и уверенности в себе можно приписать влиянию генетических факторов, в то время как генетическое воздействие на такие черты, как самосознание и нейротизм, окажется, по всей вероятности, наполовину меньше. В целом, по оценке Кеттела, около двух третей характеристик личности определяется влияниями окружающей среды и одна треть — наследственностью.

Согласно Кеттелу, помимо непосредственного воздействия ситуационных факторов, на поведение людей в значительной мере влияют те группы, к которым они принадлежат (семья, церковь, группы сверстников, коллеги, школа, национальность). Посредством черт личности можно описать не только отдельных людей, но также и социальные группы, членами которых они являются. Диапазон черт, с помощью которых могут быть объективно охарактеризованы группы, называется их *синтальностью* (syntality). Используя факторный анализ, Кеттел [Cattell, 1949] изучал синтальность различных религиозных, учебных и профессиональных групп. Он исследовал также группу черт, составляющих синтальность целых наций [Cattell et al., 1952]. Основные черты, идентифицирующие синтальность стран, включают величину ее территории, моральное состояние, достаток и степень индустриализации. Ни один другой персонолог не сделал столько, сколько Кеттел в направлении детального описания черт, характеризующих общество в целом, а также изучения влияния этих черт на поведение человека.

Заключительные комментарии

По широте и масштабности исследований в сфере личности, бесспорно, Кеттел достоин признания как самый выдающийся персонолог нашего времени. Его научная и исследовательская деятельность затронула почти все аспекты, имеющие значение для теории личности, — структуру, развитие, мотивацию, психопатологию, психическое здоровье и изменения. Его усилия по построению теории, основанной на технике точных измерений, поистине впечатляющи. Как отмечает один из его последователей, Кеттел достоин всяческого восхищения: «Следует отметить, что оригинальная программа Кеттела по изучению личности явилась результатом чрезвычайно богатой теоретической системы, оказавшейся гораздо более плодотворной в отношении эмпирического исследования, чем любая другая теория» [Wiggins, 1984, p. 190]. Однако, к сожалению, теория Кеттела не получила должной оценки у многих персонологов, изучавших личность человека, и осталась по сути мало известной широкой публике. Критики указывают на то, что труды Кеттела написаны сложным языком и трудны для понимания. Имеет место и критика его чрезмерной приверженности факторному анализу, а также субъективности предложенных им формулировок, интерпретаций и названий основных черт, полученных статистическим методом. Несмотря на недостаточное внимание к его работе и некоторые заслуженные упреки в его адрес, Кеттел остается убежденным приверженцем своего подхода, который, по всей вероятности, даст нам возможность понять структуру и функции личности. Мы надеемся, что данный краткий обзор послужит для студентов стимулом к более серьезному знакомству с теорией Кеттела. Особенно рекомендуем работу, которую он написал, будучи студентом последнего курса университета — «Научный анализ личности» [Cattell, 1965].

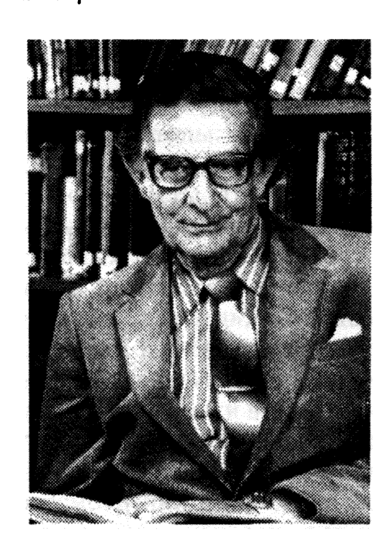
Кеттела ни в коем случае нельзя считать единственным персонологом, посвятившим себя изучению базисной структуры личностных черт. Ганс Айзенк также использовал факторный анализ для выявления целого ряда аспектов, необходимых для объяснения человеческого поведения. Ниже рассматривается теория типов черт, которая и завершает наш обзор диспозиционального направления в теории личности.

ГАНС АЙЗЕНК: ТЕОРИЯ ТИПОВ ЛИЧНОСТИ

Айзенк соглашается с Каттелом в том, что целью психологии является предсказание поведения. Он также разделяет приверженность Кеттела факторному анализу как способу охватить целостную картину личности. Однако Айзенк использует факторный анализ несколько иначе, чем Кеттел. По Айзенку, стратегия исследования должна начинаться с достаточно обоснованной гипотезы по некоей интересующей исследователя основной черте, за которой следует точное измерение всего того, что для этой черты характерно. В противоположность ему, Кеттел заявляет, что основные составляющие элементы личности выявляются путем применения батареи тестов и последующей обработки данных. Таким образом, подход Айзенка более жестко связан рамками теории, чем у Кеттела. В отличие от Кеттела, Айзенк был также убежден, что для объяснения большей части поведенческих проявлений человека необходимо не более трех *суперчерт* (которые он называет *типами*). Как вы, возможно, помните, Кеттел приводит по крайней мере 16 черт или факторов, составляющих структуру личности. И наконец, Айзенк гораздо большее значение придает генетическим факторам в развитии индивидуума. Это вовсе не говорит о том, что Айзенк отрицает ситуационные воздействия или влияние окружающей среды на человека, но он убежден в том, что черты личности и типы определяются прежде всего наследственностью. Несмотря на тот факт, что до сих пор еще не выяснено точное воздействие генетики на поведение, все большее число психологов полагают, что, возможно, в этом вопросе Айзенк прав [Loehlin et al., 1988].

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Ганс Юрген Айзенк (Hans Jurgen Eysenk) родился в Берлине, Германия, в 1916 году. Его отец был признанным актером и певцом, а мать —звездой немого кино. Будущее своего сына они видели в шоу-бизнесе, и в возрасте восьми лет Айзенк уже играл незначительную роль в одном из фильмов. Однако, когда ему было два года, родители разошлись, и его воспитывала бабушка по материнской линии. После окончания средней школы Айзенк решил продолжить свое образование за границей, отчасти потому, что опасался нацистского преследования. Спустя годы, он писал: «Я знал, что для меня нет будущего на моей несчастной родине» [Eysenck, 1982, p. 289]. После года, проведенного во Франции, он обосновался в Англии, где изучал психологию в Лондонском университете. В 1940 году ему присваивается звание доктора наук. Во время второй мировой войны Айзенк работал психологом в психиатрическом госпитале, пациентами которого были страдающие от стресса военные. С 1946 года он читает лекции по психологии в Лондонском университете и одновременно является директором Института психиатрии при госпитале Модсли в Лондоне. Он работал также в должности консультирующего профессора в различных университетах Соединенных Штатов В 1983 году Айзенк ушел в отставку, оставив работу на факультете психологии



Ганс Ю. Айзенк (род. 1916).

Лондонского университета. В настоящее время он пишет автобиографию и посвящает свободное время своему любимому увлечению — теннису.

Айзенк — чрезвычайно плодовитый автор; им опубликовано около 45 книг и 600 научных статей. Его основные теоретические работы: «Измерение личности» (1947); «Научное исследование личности» (1952); «Структура человеческой личности» (1970); «Личность и индивидуальные различия» (в соавторстве с сыном, Майклом Айзенком, 1985). Для психологии фигура Айзенка является довольно противоречивой. Это обусловливается отчасти его центральной ролью в двух наиболее горячих научных дискуссиях — о наследуемости интеллекта и эффективности психотерапии. Он настаивал на том, что, во-первых, интеллект в значительной мере определяется наследственностью, и, во-вторых, традиционные виды вербальной терапии (в особенности психоанализ) имеют минимальное значение или вовсе не эффективны при лечении психических расстройств. Обе эти позиции были приняты более чем сдержанно, по поводу чего Айзенк сделал следующее признание: «Я обычно был против истеблишмента в угоду мятежникам. Я склонен думать, что по этим пунктам большинство ошибалось, а я прав» [Eysenck, 1982, p. 298].

ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ ТЕОРИИ ТИПОВ ЛИЧНОСТИ

Суть теории Айзенка состоит в том, что элементы личности могут быть расположены иерархически. В его схеме (рис. 6–4) присутствуют определенные суперчерты, или *типы*, такие как экстраверсия, которые оказывают мощное влияние на поведение. В свою очередь, каждую из этих суперчерт он видит построенной из нескольких составных *черт*. Эти составные черты представляют собой либо более поверхностные отражения основополагающего типа, либо специфические качества, присущие этому типу. И наконец, черты состоят из многочисленных *привычных*

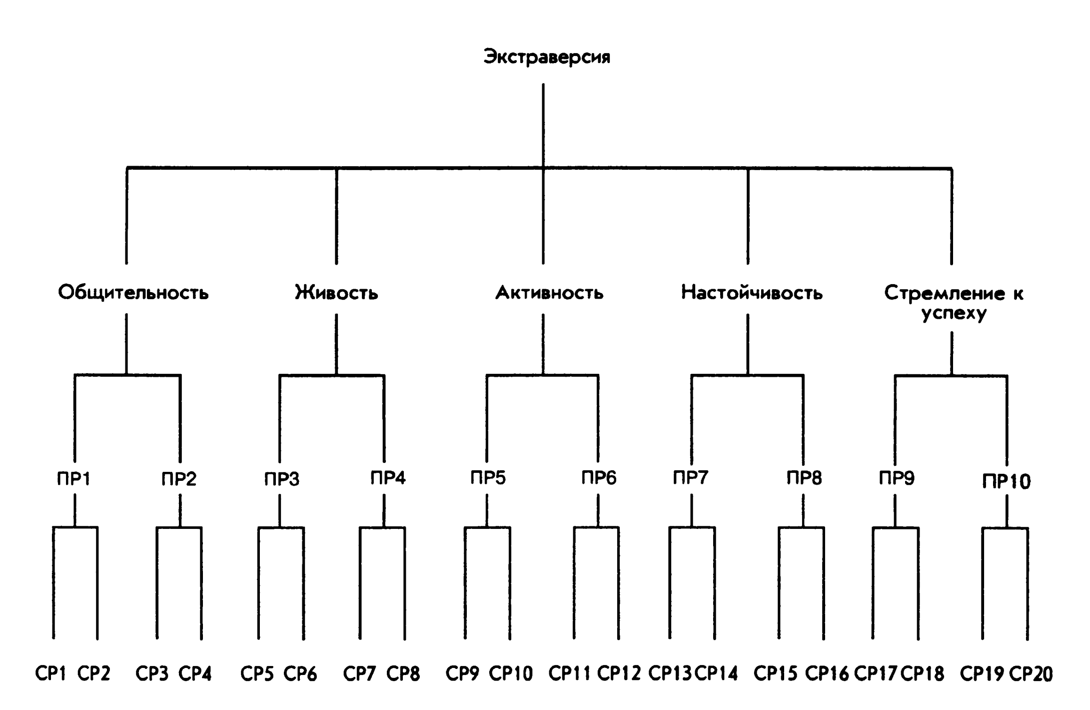


Рис. 6–4. *Иерархическая модель структуры личности. ПР — привычная реакция; СР — специфическая реакция.*
(Источник: адаптировано из Eysenk, 1967, p. 36)

реакций, которые, в свою очередь, формируются из множества *специфических реакций*. Рассмотрим, к примеру, человека, который, судя по наблюдениям, демонстрирует специфическую реакцию: улыбается и протягивает руку при встрече с другим человеком. Если мы видим, что он делает это всякий раз, как кого-то встречает, мы можем предположить, что такое поведение является его привычной реакцией приветствовать другое лицо. Эта привычная реакция может быть связана с другими привычными реакциями, такими как склонность разговаривать с другими людьми, посещение вечеринок и т. д. Эта группа привычных реакций формирует черту общительности. Как это проиллюстрировано на рис. 6–4, на уровне черт общительность коррелирует с предрасположенностью реагировать в ключе активного, живого и уверенного поведения. В совокупности эти черты составляют суперчерту, или тип, который Айзенк называет *экстраверсия*.

Рассматривая *иерархическую модель* личности по Айзенку, следует отметить, что здесь слово «тип» предполагает нормальное распределение значений параметров на континууме. Поэтому, например, понятие экстраверсия представляет собой диапазон с верхним и нижним пределами, внутри которого находятся люди, в соответствии с выраженностью данного качества. Таким образом, экстраверсия — это не дискретный количественный показатель, а некий континуум. Поэтому Айзенк использует в данном случае термин «тип».

Основные типы личности

Айзенк использовал для сбора данных о людях разнообразные методы: самонаблюдение, экспертные оценки, анализ биографических сведений, физические и физиологические параметры, а также объективные психологические тесты. Полученные данные были подвергнуты факторному анализу для определения структуры личности. В своем раннем исследовании Айзенк выявил два основных типа [Eysenk, 1947, 1952], которые он назвал *интроверсия — экстраверсия* и *нейротизм — стабильность* (иногда этот фактор называют *нестабильность — стабильность*). Эти два измерения личности ортогональны, то есть они статистически не зависят друг от друга. Соответственно, людей можно разделить на четыре группы, каждая из которых представляет собой некую комбинацию высокой или низкой оценки в диапазоне одного типа вместе с высокой или низкой оценкой в диапазоне другого типа. Как показано в табл. 6–4, с каждым типом ассоциируются характеристики, названия которых напоминают описания черт личности. При рассмотрении природы этих четырех групп следует иметь в виду два момента. Во-первых, оба диапазона типов имеют нормальное распределение, являются непрерывными и предусматривают, таким образом, широкий спектр индивидуальных различий. Во-вторых, описания черт, присущих каждому типу, представляют собой крайние случаи. Большинство

Таблица 6–4. **Четыре категории людей, описанные Айзенком на основе выраженности двух независимых параметров**

Каждая категория, включая составляющие ее черты, является результатом комбинации высокого и низкого уровня интроверсии и экстраверсии с высоким либо низким уровнем стабильности и нейротизма.

	СТАБИЛЬНЫЙ	**НЕВРОТИЧНЫЙ**
ИНТРОВЕРТ	Спокойный, уравновешенный, надежный, контролируемый, миролюбивый, внимательный, заботливый, пассивный	Легко поддающийся переменам настроения, тревожный, ригидный, рассудительный, пессимистичный, замкнутый, необщительный, тихий
ЭКСТРАВЕРТ	Лидер, беззаботный, веселый, покладистый, отзывчивый, разговорчивый, дружелюбный, общительный	Ранимый, беспокойный, агрессивный, возбудимый, непостоянный, импульсивный, оптимистичный, активный

Источник: адаптировано из Eysenk, 1975.

людей склонны быть ближе к средней точке — в обоих диапазонах типов — и поэтому получают не столь экстремальные характеристики, как в табл. 6–4.

Как видно из табл. 6–4, люди, которые являются одновременно интровертированными и стабильными, склонны придерживаться норм и правил, быть заботливыми и внимательными. И наоборот, комбинация интроверсии и нейротизма предполагает у индивидуума тенденцию проявлять в поведении больше беспокойства, пессимизма и замкнутости. Соединение экстраверсии и стабильности привносит в поведение такие качества, как заботливость, покладистость и общительность. И наконец, люди с экстраверсией и высоким нейротизмом скорее всего будут агрессивными, импульсивными и возбудимыми. Следует отметить, что Айзенк особое значение придавал индивидуальным различиям. Таким образом, никакая из комбинаций этих типов личности не может быть более предпочтительной, чем другая. Беззаботный и компанейский тип поведения имеет свои как хорошие, так и негативные моменты; то же самое можно сказать и о тихой, замкнутой манере поведения. Они просто разные.

Не так давно Айзенк описал и ввел в свою теорию третий тип измерения личности, который он назвал *психотизм—сила суперэго* [Eysenk, 1976]. Люди с высокой степенью выраженности этой суперчерты эгоцентричны, импульсивны, равнодушны к другим, склонны противиться общественным устоям. Они часто



Исследование показывает, что экстраверты принимают участие в возбуждающей деятельности, чтобы повысить уровень корковой активации.
(Bill Ross/Woodfin Camp & Associates)

бывают беспокойными, трудно контактируют с людьми и не встречают у них понимания, намеренно причиняют другим неприятности. Айзенк предположил, что психотизм — это генетическая предрасположенность к тому, чтобы стать психотической либо психопатической личностью. Он рассматривает психотизм как личностный континуум, на котором можно расположить всех людей и который более выражен у мужчин, чем у женщин.

Нейрофизиологические основы черт и типов. Наиболее увлекательным аспектом теории Айзенка является его попытка установить нейрофизиологическую основу для каждой из трех суперчерт или типов личности. Интроверсия—экстраверсия тесно связана с уровнями *корковой активации*, как это показано электроэнцефалографическими исследованиями. Айзенк [Eysenk, 1982] использует термин «активация» для обозначения степени возбуждения, меняющей свою величину от нижнего экстремума (например, сон) до верхнего экстремума (например, состояние паники). Он полагает, что интроверты чрезвычайно возбудимы и, следовательно, в высшей степени чувствительны к поступающей стимуляции — по этой причине они избегают ситуаций, чрезмерно сильно действующих на них. И наоборот, экстраверты недостаточно возбудимы и поэтому нечувствительны к поступающей стимуляции; соответственно, они постоянно выискивают ситуации, которые могут их возбудить.

Айзенк предполагает, что индивидуальные различия по стабильности—нейротизму отражают силу реакции *автономной нервной системы* на стимулы. В особенности он связывает этот аспект с лимбической системой, которая оказывает влияние на мотивацию и эмоциональное поведение. Люди с высоким уровнем нейротизма обычно реагируют на болезненные, непривычные, вызывающие беспокойство и иные стимулы быстрее, чем более стабильные личности. У таких лиц обнаруживаются также более длительные реакции, продолжающиеся даже после исчезновения стимулов, чем у лиц с высоким уровнем стабильности.

Что касается исследований, посвященных выявлению основы психотизма, то они находятся в стадии поиска. Однако в порядке рабочей гипотезы Айзенк увязывает этот аспект с *системой, продуцирующей андрогены* (химические вещества, вырабатываемые железами внутренней секреции, которые при попадании в кровь регулируют развитие и сохранение мужских половых признаков). Однако проведено слишком мало эмпирических исследований в этой области, чтобы подтвердить гипотезу Айзенка о связи между половыми гормонами и психотизмом.

Нейрофизиологическая интерпретация аспектов поведения личности, предложенная Айзенком, тесно связана с его теорией психопатологии. В частности, различные виды симптомов или расстройств могут быть отнесены на счет комбинированного влияния черт личности и функционирования нервной системы. Например, у человека с высокой степенью интроверсии и нейротизма очень высок риск развития болезненных состояний тревоги, таких как обсессивно-компульсивные расстройства, а также фобии. И наоборот, человек с высоким уровнем экстраверсии и нейротизма подвержен риску психопатических (антисоциальных) расстройств. Однако Айзенк спешит добавить, что психические расстройства не являются автоматически результатом генетической предрасположенности. «Генетически наследуемой является предрасположенность человека поступать и вести себя определенным образом при попадании в определенные ситуации» [Eysenck, 1982, p. 29]. Таким образом, вера Айзенка в генетический

фундамент различного рода психических расстройств сочетается с равной по силе убежденностью в том, что факторы окружающей среды могут до некоторой степени изменить развитие такого рода нарушений.

Измерение черт личности. Как и Кеттел, Айзенк сконструировал множество опросников самооценки для определения индивидуальных различий по трем суперчертам личности. Самым последним из них является «Личностный опросник Айзенка» (Eysenck Personality Questionnaire, EPQ) [Eysenck, Eysenck, 1975]. Образцы отдельных пунктов EPQ представлены в табл. 6–5. Следует отметить, что опросник содержит пункты, релевантные данным трем факторам, образующим структуру личности. Кроме того, EPQ включает шкалу лжи для выявления склонности личности к фальсификации ответов с целью показать себя в более привлекательном свете. Была составлена и анкета «Подростковый личностный опросник» (Junior EPQ) для тестирования детей в возрасте 7–15 лет [Eysenck, Eysenck, 1973].

Тот факт, что Айзенк и Кеттел используют разные личностные опросники для дальнейшей факторизации данных, отчасти объясняет различие между ними по количеству черт, которое они считают необходимым для объяснения личности.

Таблица 6–5. **Примеры пунктов личностного опросника Айзенка**

ЭКСТРАВЕРСИЯ—ИНТРОВЕРСИЯ		
1. Любите ли вы бывать в обществе?	Да	Нет
2. Любите ли вы общаться с людьми?	Да	Нет
3. Могли бы вы назвать себя счастливчиком?	Да	Нет
СТАБИЛЬНОСТЬ—НЕСТАБИЛЬНОСТЬ		
1. Часто ли ваше настроение резко меняется?	Да	Нет
2. Вы легковозбудимый человек?	Да	Нет
4. Вы часто бываете расстроены?	Да	Нет
ПСИХОПАТИЯ		
1. Имеют ли для вас значение хорошие манеры и опрятность?	Да	Нет
2. Стараетесь ли вы не быть грубым с людьми?	Да	Нет
3. Любите ли вы сотрудничать с другими?	Да	Нет
ШКАЛА ЛЖИ		
1. Вы любите посмеяться иногда над непристойными шутками?	Да	Нет
2. Всегда ли, будучи ребенком, вы сразу делали то, что вам велели, без ворчания и жалоб?	Да	Нет

Источник: из анкеты EPQ для взрослых [Eysenck, Eysenck, 1975], опубликованной службой EdITS (Образовательная и Промышленная Служба Тестирования), Сан-Диего, Калифорния.

Причина здесь в том, что результаты факторного анализа в значительной мере зависят от источника или типа получаемых данных. В любом случае, Айзенк убежден, что его два основных типовых критерия интроверсия—экстраверсия и стабильность—нейротизм были эмпирически подтверждены в работах нескольких исследователей, применявших многие другие личностные тесты. Большая часть доказательств в поддержку этой точки зрения получена из исследований поведенческих различий между экстравертами и интровертами.

Различия между интровертами и экстравертами

Айзенк придает большое значение концептуальной ясности и точным измерениям своих теоретических концепций. До сегодняшнего дня большая часть его усилий направлена на определение того, имеются ли существенные различия в поведении, обусловленные индивидуальными различиями в пределах континуума *интроверсия—экстраверсия*. Айзенк утверждает, что индивидуальные различия в поведении могут быть выявлены посредством факторного анализа и измерены с помощью опросников, а также лабораторных процедур. Наш краткий обзор посвящен этой общей методологии.

В обзоре исследований [Wilson, 1978], основанных на предсказаниях по результатам тестирования в рамках теории Айзенка, представлено впечатляющее количество фактов. Например, экстраверты гораздо более терпимо относятся к боли, чем интроверты; они делают больше пауз во время работы, чтобы поболтать и попить кофе, чем интроверты; возбуждение повышает эффективность их поступков и действий, в то время как интровертам оно лишь мешает.

Некоторые другие эмпирически установленные различия между экстравертами и интровертами приведены ниже.

- Интроверты предпочитают теоретические и научные виды деятельности (например, инженерное дело и химия), в то время как экстраверты склонны отдавать предпочтение работе, связанной с людьми (например, торговля, социальные службы).
- Интроверты чаще признаются в практике мастурбации, чем экстраверты; зато экстраверты вступают в половые связи в более раннем возрасте, более часто и с большим числом партнеров, чем интроверты.
- В колледже интроверты достигают более заметных успехов, чем экстраверты. Также студенты, оставляющие колледж по психиатрическим причинам, скорее интроверты; в то время как те студенты, которые уходят по академическим причинам, чаще оказываются экстравертами.
- Интроверты чувствуют себя более бодрыми по утрам, тогда как экстраверты — по вечерам. Более того, интроверты лучше работают утром, а экстраверты — во второй половине дня.

Одним из наиболее примечательных различий между интровертами и экстравертами является их чувствительность к стимуляции. Эта разница может быть легко продемонстрирована при помощи «теста лимонной капли» [Corcoran, 1964].

11 Зак. 1212

Если капнуть четыре капли лимонного сока на язык человека, окажется, что интроверты выделяют почти в два раза больше слюны, чем экстраверты. Основа этого интересного явления связана с различными паттернами физиологического функционирования у интровертов и экстравертов. Айзенк особенно подчеркивает, что за различия в реакциях на стимуляцию у интровертов и экстравертов отвечает восходящее активирующее влияние со стороны ретикулярной формации ствола мозга.

Заключительные комментарии

Неустанные усилия Айзенка создать целостную картину личности достойны восхищения. Многие психологи считают его первоклассным специалистом, чрезвычайно плодотворным в своих попытках создать научно обоснованную модель структуры и функционирования личности. Во всех работах Айзенк постоянно подчеркивал роль нейрофизиологических и генетических факторов в объяснении индивидуальных поведенческих различий. Кроме того, он утверждает, что точная процедура измерения является краеугольным камнем построения убедительной теории личности. Следует также отметить его вклад в исследования в области криминологии, образования, психопатологии и изменения поведения. В целом, кажется логичным заключить, что популярность теории Айзенка еще возрастет и будут продолжаться попытки ученых совершенствовать и расширять его теорию черт личности как на теоретическом, так и на эмпирическом уровне.

РЕЗЮМЕ

Диспозициональное направление предполагает, что люди обладают некими устойчивыми внутренними качествами, сохраняющимися с течением времени и в различных ситуациях. Кроме того, подчеркивается, что индивидуумы отличаются друг от друга по своим характерологическим признакам. Гордон Олпорт, первым выдвинувший теорию черт личности, главной задачей психологии считал объяснение уникальности индивидуума. Личность он рассматривал как динамическую организацию тех внутренних психических процессов, которые определяют характерное для нее поведение и мышление.

Олпорт считал черту самой значительной единицей анализа для понимания и изучения личности. В его системе черта личности определяется как предрасположенность к реагированию сходным образом на различные виды стимулов. Говоря кратко, черты личности объясняют устойчивость поведения человека во времени и в различных ситуациях. Они могут быть классифицированы как кардинальные, центральные и вторичные в зависимости от широты спектра их влияния. Олпорт также выделял общие и индивидуальные склонности. Первые — это общие черты, по которым можно сопоставить большинство людей в пределах данной культуры, в то время как последние относятся к характеристикам, свойственным какому-либо человеку, и не могут быть критерием для сравнения людей.

Всеобъемлющий конструкт, объединяющий черты личности и дающий направление жизни человека, получил название проприума. Эта концепция обозначает «Я как познаваемое» и включает все аспекты индивидуума, участвующие в созда-

нии внутреннего чувства целостности. Другим ключевым моментом в теории Олпорта является концепция функциональной автономии. Она гласит, что мотивы взрослого человека не связаны с опытом прошлых переживаний, из которых они первоначально возникли. Олпорт выделяет устойчивую функциональную автономию (механизмы обратной связи в нервной системе) и собственно функциональную автономию (приобретенные человеком интересы, оценки, отношения и намерения). Последняя способствует развитию истинно зрелой личности, характерные особенности которой Олпорт описал весьма подробно.

Оппозиция Олпорта психоаналитическим и бихевиористским концепциям личности отчетливо просматривается в основных положениях, касающихся человеческой природы. Его теория черт личности отражает:

- сильную приверженность таким исходным положениям, как рациональность, проактивность и гетеростаз;
- умеренную приверженность холизму и познаваемости;
- слабое предпочтение положений свободы и субъективности;
- среднюю позицию по положениям конституционализма—инвайронментализма и изменяемости—неизменности.

Несмотря на то, что теория черт личности на сегодняшний день не стимулировала почти ни одного эмпирического исследования, прямо поддерживающего ее основные концепции, Олпорт внес довольно интересный эмпирический вклад в персонологическую литературу. Он отстаивал идеографический подход к изучению личности, направленный на раскрытие уникальности каждого человека. Одно из таких исследований («Письма Дженни») было приведено для иллюстрации потенциальной значимости личных документов при идентификации уникальной совокупности черт, характерных для данного конкретного индивидуума.

Теории черт личности в последние годы подвергаются критике. Мишель утверждает, что люди в разное время в различных ситуациях проявляют меньше постоянства, нежели это декларируется психологами — сторонниками концепции черт. Он настаивает на том, что поведение определяется в первую очередь ситуационными факторами. Сторонники же концепции черт выдвинули контраргумент: постоянство можно доказать, но для этого необходимо адекватно измерять наблюдаемое поведение. Согласно заявлению Эпштейна, когда параметры поведения измеряются в целом ряде случаев, тогда мы убеждаемся в том, что черты личности предсказывают устойчивые поведенческие тенденции. Некоторые персонологи утверждают, что значимые корреляции между чертами личности и поведением можно получить лишь в тех случаях, когда у испытуемых данная черта является выраженной. Было приведено исследование, основанное на выявлении дружелюбия и добросовестности методом самооценки, подтверждающее это мнение. И наконец, было отмечено, что взаимодействие между чертами личности и ситуационными факторами становится доминирующей точкой зрения в персонологии.

Рассмотрено прикладное значение теории Олпорта в связи с тестом «Изучение ценностей». Основанный на типах ценностей Шпрангера, этот личностный опросник самооценки определяет сравнительную выраженность шести различных ценностных ориентаций, которые Олпорт считал существенными в объединяющей философии жизни. Были представлены краткие описания типов людей, чья жизнь определяется преобладающим влиянием теоретических, экономических, эстетических, социальных, политических или религиозных ценностей.

Теоретики факторного анализа Рэймонд Кеттел и Ганс Айзенк использовали сложную статистическую процедуру для выявления черт, лежащих в основе структуры личности. Факторный анализ представляет собой инструмент для определения степени ковариации среди большого ряда переменных, измеренных у большого числа людей. Эта процедура была описана как последовательный ряд действий: сбор показателей переменных на большой выборке, создание таблиц взаимодействий между измеренными переменными (корреляционные матрицы), определение нагрузок на каждый фактор и присвоение названий получаемым факторам.

Кеттел рассматривает личность как то, что позволяет нам предсказать действия какого-либо человека в данной ситуации и выражается уравнением R = f (S, P). По мнению Кеттела, черты личности представляют собой гипотетические конструкции, предрасполагающие человека к устойчивому поведению с течением времени и в различных обстоятельствах. Структуру личности он описывает состоящей из примерно 16 факторов — исходных черт. В свою очередь, исходные черты могут быть разделены на конституциональные и сформированные окружающей средой. Умение, или способность, темперамент и динамические черты представляют собой дополнительные категории квалификаций черт личности в системе Кеттела. Кеттел различает также общие и уникальные черты.

Для идентификации исходных черт Кеттел использует три типа данных: регистрация жизненных фактов (L-данные), результаты применения опросников самооценки (Q-данные) и объективные тесты (OT-данные). Опросник «Шестнадцать личностных факторов» (16 PF) был разработан Кеттелом с целью измерения исходных личностных черт по данным самооценки. Кеттел разработал также некое статистическое руководство, называемое многосторонним абстрактным вариантным анализом для оценки относительной доли участия наследственности и окружающей среды в формировании данной черты. Он считает, что личность на одну треть определяется генетикой и на две трети — влиянием окружения. И наконец, он изучил, как синтальность или определяющие характеристики групп влияют на индивидуума.

Теория типов личности Айзенка также основывается на факторном анализе. Его иерархическая модель структуры личности включает типы, черты личности, привычные реакции и специфические реакции. Типы представляют собой континуумы, на которых между двумя экстремумами располагаются характеристики индивидов. Айзенк подчеркивает, что типы личности не являются дискретными и что большинство людей не подпадает под крайние категории.

В отличие от Кеттела, Айзенк видит лишь два главных типа (суперчерты), лежащих в основе структуры личности: интроверсия—экстраверсия и стабильность—нейротизм. Рассмотрены явные особенности поведения, являющиеся результатом комбинаций этих двух типов. Например, люди, являющиеся одновременно интровертами и стабильными, имеют тенденцию контролировать свои поступки, в то время как экстраверты, отличающиеся стабильностью, склонны вести себя беззаботно. Айзенк утверждает, что индивидуальные различия по этим двум суперчертам, точно так же, как и третий фактор, называемый психотизм—сила суперэго, тесно связаны с нейрофизиологическими особенностями человеческого организма. Айзенк придает генетическому фундаменту черт личности гораздо большее значение, чем Кеттел.

Айзенк разработал несколько опросников для оценки трех основных суперчерт, лежащих в основе его иерархической модели личности. Был описан лично-

стный опросник Айзенка, а также проведенное с его применением исследование, демонстрирующее разницу в поведении между интровертами и экстравертами.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Выберите какого-нибудь человека, которого вы хорошо знаете, и перечислите его или ее существенно важные индивидуальные характеристики. Являются ли эти характеристики тем, что Олпорт подразумевает под центральными диспозициями? Насколько полезна концепция центральных диспозиций для описания личности повседневным, разговорным языком?
2. Перечислите те черты личности, которые вы считаете своими собственными основными чертами. Полностью ли этот список охватывает ваше собственное интуитивное чувство индивидуальности (ваше субъективное ощущение того, кем вы являетесь как целостная личность)? Считаете ли вы также необходимой концепцию проприума для полного описания вашей индивидуальности? Что конкретно добавляет концепция проприума к вашему собственному описанию, и что отсутствует в вашем списке центральных черт?
3. Что вы думаете о выдвинутой Олпортом концепции «функциональной автономии»? Могут ли люди на самом деле разорвать свои мотивационные связи с прошлым, или эта концепция является теоретическим заблуждением? Подкрепите свои аргументы примерами.
4. Насколько шесть характеристик «зрелой личности» по Олпорту соответствуют вашему собственному представлению о том, что составляет здоровую личность? Можете ли вы назвать какую-либо особенность, которая могла бы быть у здоровой личности и оказалась никоим образом не совместимой с шестью характеристиками Олпорта?
5. Каковы основные этапы факторного анализа для идентификации основополагающих черт структуры индивидуума? Почему, как вы считаете, Кеттел и Айзенк расходятся во взглядах на количество главных черт, формирующих личность и определяемых методом факторного анализа?
6. Чем отличаются подходы Олпорта, Кеттела и Айзенка к классификации черт личности? Приведите примеры, иллюстрирующие понимание каждым из теоретиков термина «черта личности». Согласны ли — и если да, то до какой степени — эти трое теоретиков в том, что поведение человека определяется взаимодействием черт с ситуациями?
7. Согласны ли вы с Айзенком в том, что за основные особенности человеческого поведения ответственны главным образом три главные черты (типы) индивидуума? Согласны ли вы с Айзенком, что индивидуальные вариации в каждом диапазоне черт отражают нейрофизиологические различия?
8. Какие можно выделить главные различия в поведении между интровертами и экстравертами, на основе приведенных здесь результатов исследований? Как в таком исследовании измеряется степень интроверсии—экстраверсии?
9. Согласны ли вы с Мишелем в том, что люди обнаруживают гораздо меньше постоянства в различных ситуациях, чем это декларируется приверженцами теории черт? Каковы некоторые из контраргументов, опровергающих позиции Мишеля, приводимых сторонниками теории черт?

ГЛОССАРИЙ

Вторичная диспозиция (Secondary disposition). По Олпорту — черта, очень мало или вовсе не влияющая на поведение, такая как склонность к специфической пище.

Динамическая черта (Dynamic trait). По Кеттелу — черта, активирующая и направляющая субъекта к конкретным целям в данной ситуации.

Диспозициональное направление (Dispositional perspective). Подход к индивидууму, особо выделяющий устойчивые качества (черты личности), присущие человеку и обеспечивающие постоянство поведения человека с течением времени и с изменением ситуаций.

Идеографический подход (Idiographic view). Подход к изучению личности, при котором уникальность каждого человека является первичной целью исследования. Впервые введен Олпортом.

Изучения ценностей тест (Study of Values). Личностный тест самооценки, разработанный Олпортом для определения преобладающей ценностной ориентации, или типа.

Индивидуальная черта (Individual trait). По Олпорту — черта, единственная в своем роде, присущая индивидууму (называемая также *индивидуальной диспозицией*).

Интроверсия (Introversion). В теории Айзенка — один из экстремумов диапазона интроверсия—экстраверсия, характеризующийся сдержанностью, самоконтролем и склонностью к самоанализу.

Исходная черта (Source trait). По Кеттелу — основополагающие структуры, составляющие ядро или основные блоки здания личности; исходные черты выявляются посредством факторного анализа в системе Кеттела.

Кардинальная диспозиция (Cardinal disposition). По Олпорту — характеристика, выраженная настолько сильно, что фактически все поступки человека могут быть объяснены ее влиянием.

Конституциональная черта (Constitutional trait). По Кеттелу — исходная черта, коренящаяся в биологическом и физиологическом состоянии личности и очень устойчивая к изменению.

Корреляционная матрица (Correlation matrix). Общая совокупность корреляций в массе переменных при исследовании методом факторного анализа.

L-данные (L-data). В теории Кеттела — данные измерения поведения в повседневных жизненных ситуациях или рейтинговая оценка такого поведения (например, взаимоотношения с подобными себе).

Нейротизм (Neuroticism). В теории Айзенка — один из экстремумов диапазона нейротизм—стабильность, характеризующийся тенденцией к тревоге, частой смене настроения и депрессии.

Номотетический подход (Nomothetic view). Эмпирический подход к изучению личности, стремящийся установить общие законы функционирования человека.

Образ себя (Self-image). В теории Олпорта — разнообразие ролей, которые человек играет для достижения признания другими и формирования у них представления о том, кто он и что собой представляет.

Общая черта (Common trait). По Олпорту — любая генерализованная предрасположенность, относительно которой можно обоснованно оценить большинство людей в пределах данной культуры (также называемая *узаконенная черта*).

ОТ-данные (OT-data). В теории Кеттела — данные измерения поведения человека при выполнении каких-либо заданий, которые могут быть оценены объективно (например, реакция на чернильное пятно в тесте Роршаха).

Поверхностная черта (Surface trait). По Кеттелу — наблюдаемые формы поведения, которые, как представляется, тесно связаны, но в действительности управляются основополагающей исходной чертой.

Проприативное стремление (Propriate striving). По Олпорту — мотивация человека к развитию себя через достижение важных перспективных целей. Такая мотивация подразумевает рост, а не снижение уровня напряжения.

Проприум (Proprium). Согласно Олпорту, это — все аспекты человека, делающие его уникальной личностью. Он отображает также положительное, созидательное и развивающееся качество человеческой природы.

Психотизм (Psychoticism). В теории Айзенка — один из экстремумов диапазона психотизм—сила суперэго, характеризующийся склонностью к уединению и нечуткостью к другим.

Психофизическая система (Psychophysical system). По Олпорту — составная часть определения личности, предполагающая, что в нашем стремлении понять функционирование человека следует учитывать как умственные, так и физические факторы.

Q-данные (Q-data). В теории Кеттела — индивидуальные данные, полученные по самооценкам в ходе заполнения опросников (например, 16 PF).

Расширение самости (Self-extension). Чувства человека к его материальной собственности. Для Олпорта такие чувства являются составной частью образа себя.

Самообъективность (Self-objectification). Термин, используемый Олпортом для обозначения способности человека к объективному познанию себя самого и признанию своих сильных и слабых сторон.

Самоуважение (Self-esteem). Предпочтитаемость своего образа индивидуумом в теории Олпорта.

Сила суперэго (Superego strength). В теории Айзенка — один из экстремумов диапазона психотизм—сила суперэго, характеризующийся склонностью быть чувствительным и общительным, способным к сопереживанию и сочувствию.

Способность (Ability trait). По Кеттелу — черта характера, определяющая умения и эффективность в достижении целей.

Способность рационально управлять самим собой (Self a rational coper). Термин, используемый Олпортом для описания реализации личности как способности эффективно соответствовать запросам реальной жизни и достигать личных целей.

Стабильность (Stability). В теории Айзенка — один из экстремумов диапазона нейротизм—стабильность, характеризующийся тенденцией к спокойствию, контролируемости и неэмоциональности.

Суперчерта (Supertrait). В теории Айзенка — диапазоны основных черт, таких как интроверсия—экстраверсия, оказывающих мощное воздействие на поведение человека.

Телесная самость (Bodily self). Аспект проприума, основанный на осознании своего физического тела. Олпорт считал его пожизненной опорой для самосознания.

Темперамент (Temperament). Согласно Олпорту — исходный материал (интеллект и физические данные), из которого формируется личность.

Теория черт личности (Trait theory). Теоретическая концепция личности, постулирующая существование основополагающих склонностей или характеристик, инициирующих и направляющих поведение. Черты личности обычно выявляются из явного, открытого поведения или на основе анализа параметров самооценки.

Уравнение спецификации (Specification equation). Формула, предложенная Кеттелом, с целью показать, что реакция человека есть следствие стимулирующей ситуации в данный момент, а все черты личности соотносимы с этой ситуацией.

Факторная нагрузка (Factor loading). Корреляция между отдельным пунктом и фактором, с которым он соотносится.

Факторный анализ (Factor analysis). Статистическая процедура, используемая для определения скрытых психологических переменных испытуемых или скрытых переменных в вопросах тестов, которые могут быть выделены в ходе анализа матрицы интеркорреляций. Используется Кеттелом и Айзенком для идентификации основополагающих черт структуры индивидуума.

Факторы (Factors). Скрытые переменные, получающиеся при обработке данных посредством факторного анализа.

Функциональная автономия (Functional autonomy). По Олпорту — процесс, посредством которого некая данная форма поведения становится итогом или целью как таковой, несмотря на то, что первоначально она могла быть принята человеком по иной причине. То, что первоначально было средством достижения цели, становится самой целью.

Характер (Character). Термин, используемый Олпортом по отношению к моральному стандарту или системе ценностей, в соответствии с которыми оцениваются поступки личности.

Центральная диспозиция (Central disposition). По Олпорту — характеристика, влияющая на поведение человека в разнообразных ситуациях; центральные черты представляют собой «строительные блоки» структуры индивидуума.

Черта, сформированная окружающей средой (Environmental-mold trait). По Кеттелу — исходная черта, которая формируется у человека по мере приобретения опыта взаимодействия с окружающей средой.

Черта темперамента (Temperament trait). По Кеттелу — конституциональная исходная черта, влияющая на эмоциональные характеристики поведения или на его стиль.

Чувство самоидентичности (Self-identity). Осознание себя как различимого и постоянного объекта относительно других объектов окружающего мира.

Экстраверсия (Extraversion). В теории Айзенка — один из экстремумов диапазона интроверсия—экстраверсия, характеризующийся склонностью индивидуума быть общительным, импульсивным и возбудимым.

БИБЛИОГРАФИЯ

Allport G. W. (1937). Personality: A psychological interpretation. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Allport G. W. (1942). The use of personal documents in psychological science. New York: Social Science Research Council. Bulletin 49.

Allport G. W. (1950). The individual and his religion. New York: Macmillan.

Allport G. W. (1955). Becoming: Basic considerations for a psychology of personality. New Haven, CT: Yale University Press.

Allport G. W. (1960). Personality and social encounter: Selected essays. Boston: Beacon Press.

Allport G. W. (1961). Pattern and growth in personality. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Allport G. W. (Ed.) (1965). Letters from Jenny. New York: Harcourt, Brace & World.

Allport G. W. (1966). Traits revisited. American Psychologist, 21, 1–10.

Allport G. W. (1967). Autobiography. In E. Boring, G. Lindzey (Eds.). A history of psychology in autobiography (Vol. 5, pp. 1–25). New York: Appleton-Century-Crofts.

Allport G. W. (1968a). The person in psychology: Selected essays. Boston: Beacon Press.

Allport G. W. (1968b). Personality: Contemporary viewpoints (1). In D. Sills (Ed.). International encyclopedia of the social sciences. New York: Macmillan and Free Press.

Allport G. W., Allport F. H. (1928). A–S reaction study. Boston: Houghton Mifflin.

Allport G. W., Vernon P. E., Lindzey G. (1960). A study of values (3rd ed.). Boston: Houghton Mifflin.

Baldwin A. (1942). Personal structure analysis: A statistical method for investigating the single personality. Journal of Abnormal and Social Psychology, 37, 163–183.

Baumeister R. F., Tice D. M. (1988). Meta-traits. Journal of Personality, 56, 571–598.

Bem D. J., Allen A. (1974). On predicting some of the people some of the time: The search for cross-situational consistencies in behavior. Psychological Review, 81, 506–520.

Carlson R. (1988). Exemplary lives: The use of psychobiography for theory development. Journal of Personality, 56, 105–138.

Cattell R. B. (1946). Description and measurement of personality. New York: World Book.

Cattell R. B. (1949). The dimensions of culture patterns by factorization of national character. Journal of Abnormal and Social Psychology, 44, 443–469.

Cattell R. B. (1950). Personality: A systematic, theoretical, and factual study. New York: McGraw-Hill.

Cattell R. B. (1960). The multiple abstract variance analysis equations and solutions: for nature-nurture research on continuous variables. Psychological Review, 67, 353–372.

Cattell R. B. (1965). The scientific analysis of personality. Baltimore: Penguin Books.

Cattell R. B. (1974). Autobiography. In G. Lindzey (Ed.). A history of psychology in autobiography (Vol. 6, pp. 59–100). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Cattell R. B. (1978). The scientific use of factor analysis. New York: Plenum.
Cattell R. B. (1979). Personality and learning theory: The structure of personality in its environment (Vol. 1). New York: Springer.
Cattell R. B. (1982). The inheritance of personality and ability. New York: Academic Press.
Cattell R. B. (1987). Beyondism: Religion from science. New York: Praeger.
Cattell R. B., Bruel H., Hartman H. P. (1952). An attempt at a more refined definition of the cultural dimensions of syntality in modern nations. American Sociological Review, 17, 408–421.
Cattell R. B., Eber H. W., Tatsuoka M. M. (1970). Handbook for the 16 personality factor questionnaire. Champaign, IL: IPAT.
Corcoran D. W. (1964). The relation between introversion and salivation. American Journal of Psychology, 77, 298–300.
Epstein S. (1979). The stability of behavior. I. On predicting most of the people most of the time. Journal of Personality and Social Psychology, 37, 1097–1126.
Epstein S. (1983). A research paradigm for the study of personality and emotions. In M. M. Page (Ed.). Personality: Current theory and research. Lincoln: University of Nebraska Press.
Epstein S. (1986). Does aggregation produce spuriously high estimates of behavioral stability? Journal of Personality and Social Psychology, 50, 1199–1210.
Evans R. (1971). Gordon Allport: A conversation. Psychology Today, April, 62–65.
Eysenck H. J. (1947). Dimensions of personality. London: Routledge & Kegan Paul.
Eysenck H. J. (1952). The scientific study of personality. London: Routledge & Kegan Paul.
Eysenck H. J. (1967). The biological basis of personality. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
Eysenck H. J. (1970). The structure of human personality (3rd ed.). London: Methuen.
Eysenck H. J. (1975). The inequality of man. London: Temple Smith.
Eysenck H. J. (1976). Sex and personality. Austin: University of Texas Press.
Eysenck H. J. (1982). Personality, genetics, and behavior. New York: Praeger.
Eysenck H. J., Eysenck M. W. (1985). Personality and individual differences. New York: Plenum.
Eysenck H. J., Eysenck S. B. (1975). Manual of the Eysenck Personality Questionnaire. San Diego, CA: EdITS.
Eysenck S. B., Eysenck H. J. (1973). Test-retest reliabilities of a new personality questionnaire for children. British Journal of Educational Psychology, 43, 26–130.
Kenrick D. T., Stringfield D. O. (1980). Personality traits and the eye of the beholder: Crossing some traditional philosophical boundaries in the search for consistency in all of the people. Psychological Review, 87, 88–104.
Kerlinger F. N. (1973). Foundations of behavioral research (2nd ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston.
LamiellJ. T. (1987). The psychology of personality: An epistemological inquiry. New York: Columbia University Press.
Loehlin J. C., Willerman L., Horn J. M. (1988). Human behavior genetics. Annual Review of Psychology, 39, 101–133.
Maddi S. R. (1989). Personality theories: A comparative analysis (5th ed.). Homewood, IL: Dorsey Press.
Mischel W. (1968). Personality and assessment. New York: Wiley.
Mischel W. (1973). Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. Psychological Review, 80, 252–283.
Mischel W., Peake P. K. (1982). Beyond déjà vu in the search for cross-situational consistency. Psychological Review, 89, 730–755.
Mischel W., Peake P. K. (1983). Analyzing the construction of consistency in personality. In M. M. Page (Ed.)., Personality: Current theory and research. Lincoln: University of Nebraska Press.
Paige J. (1966). Letters from Jenny: An approach to the clinical analysis of personality structure by computer. In P. Stone (Ed.). The general inquirer: A computer approach to content analysis. Cambridge, MA: MIT Press.
Pervin L. A. (1989). Personality: Theory and research (5th ed.). New York: Willey.

Rushton J. P., Brainerd C. J., Pressley M. (1983). Behavioral development and construct validity: The principle of aggregation. Psychological Bulletin, 94, 18–38.
Ryckman R. M. (1989). Theories of personality (4th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
Schweder R. A. (1982). Fact and artifact in trait perception: The systematic distortion hypothesis. In B. A. Maher, W. B. Maher (Eds.). Progress in experimental personality research (Vol. 11). New York: Academic Press.
Spranger E. (1922). Lebensformen (3rd ed.). Halle, Germany: Niemeyer. (Trans: P. Pigors, Types of men. Halle: Niemeyer, 1928.)
Wiggins J. S. (1984). Cattell's system from the perspective of mainstream personality theory. Multivariate Behavioral research, 19, 176–190.
Wilson G. (1978). Introversion/extroversion. In H. London, J. E. Exner (Eds.), Dimensions of personality (pp. 217–261). New York: Wiley.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Cattell R. B. (1985). Human motivation and the dynamic calculus. New York: Praeger.
Evans R. I. (1970). Gordon Allport: The man and his ideas. New York: Dutton
Eysenck H. J. (1978). Crime and personality (3rd ed.). London: Paladin.
Eysenck H. J. (Ed.) (1981). A model for personality. New York: Springer-Verlag.
Gray J. A. (1981). A critique of Eysenck's theory of personality. In H. J. Eysenck (Ed.). A model for personality. Berlin: Springer-Verlag.
Howarth E., Zumbo B. D. (1989). An empirical investigation of Eysenck's typology. Journal of Research in Personality, 23, 343–353.
Maddi S. R., Costa P. T. (1972). Humanism in personology: Allport, Maslow, and Murray. Chicago: Aldine-Atherton.

Глава 7

НАУЧАЮЩЕ-БИХЕВИОРАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ: Б. Ф. СКИННЕР

Все теоретики, чьи точки зрения мы уже рассмотрели, интересовались тем, что происходит внутри человека, внутренними структурами и процессами, лежащими в основе наблюдаемых форм поведения. Будь то бессознательные психические процессы и конфликты, описанные Фрейдом, архетипы, постулированные Юнгом, или суперчерты, установленные Айзенком, внимание концентрировалось на состоянии «внутри человека». Конечно, теоретики, подобно Адлеру, Эриксону, Фромму и Хорни, признавали решающую роль культурального, социального, семейного и межличностного влияния на поведение человека. Даже Кеттел отметил, что поведение является результатом комплексного взаимодействия особенностей личности и ситуации. И все же едва ли можно избежать заключения, что для всех этих теоретиков реальное действие происходит под наружной оболочкой. Но равным образом значимым является и тот факт, что опыт отвечает за многое в нашем поведении. Через научение мы получаем знания, овладеваем языком, формируем отношения, ценности, страхи, личностные черты и самооценку. Если личность является результатом научения, то, видимо, нам важно знать, что такое научение и как оно происходит. Именно подходу к личности с позиции научения и посвящена данная глава.

Личность, с точки зрения научения, — это тот опыт, который человек приобрел в течение жизни. Это накопленный набор изученных моделей поведения. *Научающе-бихевиоральное* направление занимается открытыми[1]

[1]Доступными непосредственному наблюдению. *(Прим. перев.)*

действиями человека, как производными от его жизненного опыта. В отличие от Фрейда и многих других персонологов, теоретики бихевиорально-научающего направления не считают нужным задумываться над психическими структурами и процессами, скрытыми в «разуме». Напротив, они принципиально рассматривают внешнее окружение как ключевой фактор человеческого поведения. Именно окружение, а отнюдь не внутренние психические явления, формирует человека.

Работы Скиннера наиболее убедительно доказывают, что воздействие окружающей среды определяет наше поведение. В отличие от других психологов, Скиннер утверждал, что почти всецело поведение непосредственно обусловлено возможностью подкрепления из окружающей среды. По его мнению, для того чтобы объяснить поведение (и таким образом имплицитно понять личность), нам нужно только проанализировать функциональные отношения между видимым действием и видимыми последствиями. Работа Скиннера послужила фундаментом для науки о поведении, не имеющей аналогов в истории психологии. По мнению многих, он является одним из самых высокочтимых психологов нашего времени [Davis et al., 1982]. Данная глава посвящена его точке зрения на оперантное научение.

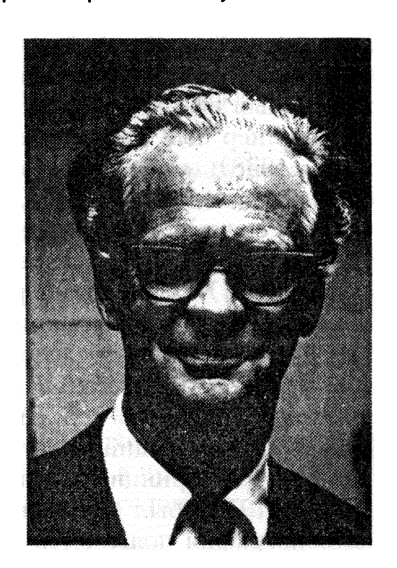
Как мы увидим в следующей главе, радикальный бихевиоризм Скиннера явно отличается от теорий социального научения. Хотя подходы Альберта Бандуры и Джулиана Роттера отражают некоторые из основных положений научающе-бихевиорального направления, они предлагают более широкий взгляд на поведение, которое подчеркивает взаимосвязь факторов внутри и вне людей. Однако, не забегая вперед, давайте обратимся к личности самого Скиннера.

Б. Ф. СКИННЕР: ТЕОРИЯ ОПЕРАНТНОГО НАУЧЕНИЯ

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Беррес Фредерик Скиннер (Burrhus Frederic Skinner) родился в 1904 году в Саскуэханне, штат Пенсильвания. Атмосфера в его семье была теплой и непринужденной, учение уважалось, дисциплина была строгой, а награды давались, когда их заслуживали. На протяжении всего детства Скиннер проводил много времени, конструируя роликовые самокаты, управляемые повозки, карусели, духовые ружья и тому подобные устройства. Это мальчишеское восхищение механическими изобретениями предвещало его более поздний интерес к модификации наблюдаемого поведения. Ему также нравились занятия в школе, он вспоминал нескольких прекрасных учителей, которые дали ему хорошие знания.

Скиннер получил степень бакалавра гуманитарных наук по английской литературе в 1926 году в Гамильтоновском колледже, небольшой гуманитарной школе в штате Нью-Йорк. Он вспоминал, однако, что никогда по-настоящему не приспособился к студенческой жизни. Он был разочарован отсутствием интеллектуальных запросов у однокашников-студентов и к тому же совершенно раздосадован некоторыми требованиями курса обучения (например, ежедневным богослужением). Его участие в нескольких проделках, направленных на то, чтобы



Б. Ф. Скиннер (1904–1990).

привести в замешательство тех факультетских товарищей, которых студенты считали заносчивыми, привело к угрозе исключения, но президент колледжа разрешил ему закончить обучение. По иронии судьбы Скиннер не посещал ни одного психологического курса, будучи студентом. После колледжа Скиннер вернулся в родительский дом и попытался стать писателем. Хотя он и был воодушевлен письмом поэта Роберта Фроста, его желание быть писателем не привело ни к чему хорошему: «Я бесцельно читал, строил модели кораблей, играл на рояле, слушал только что изобретенное радио, строчил юмористические заметки в местную газету, но больше ничего не писал и подумывал о визите к психиатру» [Skinner, 1967, p. 394].

В конце концов Скиннер отказался от карьеры писателя и поступил в Гарвардский университет для изучения психологии. Отлично понимая, что в новой области он далеко позади всех, он установил для себя жесткое учебное расписание и придерживался его почти два года. Он был удостоен степени доктора наук в 1931 году.

С 1931 по 1936 годы Скиннер занимался в Гарварде научной работой. Он сконцентрировал свои научные усилия на изучении нервной системы животных. В 1936 году он занял должность преподавателя в Миннесотском университете и оставался там до 1945 года. В это время Скиннер много и творчески работал и приобрел известность как один из ведущих бихевиористов Соединенных Штатов. Осенью 1945 года он стал руководителем кафедры психологии в Университете штата Индиана — пост, который он занимал до 1947 года, после чего вновь стал работать в Гарварде в качестве лектора. Он оставался там до ухода на пенсию в 1974 году.

Научная деятельность Скиннера была отмечена многими наградами. Он получил Президентскую медаль за науку и в 1971 году был награжден золотой медалью Американской психологической ассоциации со следующей надписью: «Б. Ф. Скиннеру — пионеру психологических исследований, лидеру теории, мастеру технологии, который произвел революцию в изучении поведения в наши

дни» [American Psychologist, 1972, p. 72]. В 1990 году Скиннер также получил благодарность президента Американской психологической ассоциации — за прижизненный вклад в психологию.

Скиннер был автором многих трудов. Среди его книг: «Поведение организмов» (1938); «Уолден-2» (1948); «Наука и поведение человека» (1953); «Вербальное поведение» (1957); «Режимы подкрепления» (1957, в соавторстве с C. B. Ferster); «Суммирование наблюдений» (1961); «Технология обучения» (1968); «Случайное подкрепление» (1969); «За пределами свободы и достоинства» (1971); «О бихевиоризме» (1974); «Подробности моей жизни» (1976); «Размышления: бихевиоризм и общество» (1978); «Портрет бихевиориста» (1979); «Значение последствий» (1983); «Радости зрелого возраста» (1983, в соавторстве с M. E. Vaughan); «К дальнейшим размышлениям» (1987). Возможно, среди студентов колледжей наиболее известна книга Скиннера «Уолден-2», роман, описывающий утопическое сообщество, основанное на контроле поведения посредством принципов подкрепления. Кроме того, сборник изданных статей [Dews, 1970] был подарен Скиннеру в день его шестидесятипятилетия. Его автобиография появляется в 5-м томе «Истории психологии в автобиографиях» [Skinner, 1967, p. 385–413]. Скиннер умер в 1990 году после года борьбы с лейкемией.

ПОДХОД СКИННЕРА К ПСИХОЛОГИИ

Большинство теоретиков-персонологов работают в двух направлениях: 1) обязательное изучение устойчивых различий между людьми и 2) опора на гипотетическое объяснение разнообразия и сложности человеческого поведения. Эти направления образуют основное русло, если не суть, большинства концепций личности. Скиннер полагал, что абстрактные теории не обязательны и ими можно пренебречь в пользу подхода, основанного на изучении влияния окружающей среды на поведение индивида [Skinner, 1983]. Он утверждал, что психология, особенно область научения, была недостаточно развита для того, чтобы найти обоснования построению крупномасштабной, формализованной теории. К тому же он заявлял, что не нужно проводить теоретически направленные исследования, так как они дают «объяснение наблюдаемых фактов, которые апеллируют к событиям, описанным в разных терминах и измеренным, если вообще их можно измерить, в разных величинах» [Skinner, 1961, p. 739]. Наконец, Скиннер оспаривал теории поведения человека, часто дающие психологам ложное чувство уверенности в своем знании и фактически не включающие в себя отношения между процессом поведения и обстоятельствами окружения, которые предшествовали этому поведению.

В свете очевидной антитеоретической позиции Скиннера сомнительно, нужно ли его включать в книгу, имеющую отношение к теориям личности. Мы не будем обращаться к этому философскому вопросу, только заметим, что Скиннер считал себя теоретиком, таким образом оправдывая наше обращение к его подходу изучения личности. В одном интервью он заявил:

> Я определяю теорию как попытку объяснить поведение в терминах чего-то, происходящего в другой вселенной, такой как разум или нервная система. Я не верю, что теории такого рода существенны или полезны. Кроме того, они опасны; они служат причиной

для беспокойства. Но я предвкушаю всеобъемлющую теорию поведения человека, которая объединит множество фактов и выразит их наиболее общим образом. Теории такого рода я был бы очень заинтересован содействовать, и я считаю себя теоретиком [Evans, 1968, p. 88].

Таким образом, несмотря на то, что взгляд Скиннера на теорию существенно отличается от точки зрения большинства персонологов, он, тем не менее, посвятил себя задаче создания теории поведения человека.

За пределами автономного человека

Как радикальный бихевиорист Скиннер отрицал все представления о том, что люди автономны и их поведение определено предполагаемым существованием внутренних факторов (например, неосознанных импульсов, архетипов, черт личности). Такие умозрительные концепции, замечал он, возникли в примитивном анимизме и продолжают существовать, потому что игнорируются условия окружения, управляющие поведением.

Автономный человек служит для того, чтобы объяснить только то, что мы не можем объяснить другим образом. Его существование зависит от нашего невежества, и он естественно теряет свою автономность по мере того, как мы все больше узнаем о поведении... Нет нужды открывать для себя, что на самом деле представляет собой личность, состояние ума, чувства, черты характера, планы, цели, намерения или что-то другое, характеризующее автономного человека, для того чтобы продвинуться в научном анализе поведения [Skinner, 1971, p. 12–13].

Возражение Скиннера против интрапсихических причин состоит не в том, что они суть неприемлемый феномен для изучения, а скорее в том, что они окутаны терминологией, не позволяющей давать рабочие определения и осуществлять эмпирическую проверку. В истории науки, отмечал он, обычно необходимо полностью отойти от умозрительных концепций, а не видоизменять их так, чтобы стало возможным эмпирическое изучение. Для того чтобы объяснить, почему компетентную студентку исключают из колледжа, мы могли бы с легкостью сказать: «потому что она очень боится неудачи», «потому что у нее нет мотивации» или «потому что она стала меньше заниматься из-за того, что бессознательно боялась успеха». Такие гипотезы об исключении студентки из колледжа могут звучать как объяснение, но Скиннер предупреждал, что они ничего не объясняют, если ясно не определены все мотивы и если не установлено все то, что предшествовало ее исключению.

Таким образом, если к умозрительной концепции обращаются для того, чтобы объяснить поведение, ее нужно перевести в термины, релевантные экспериментальным действиям, применяющимся в исследовании и измерениях. Удовольствовавшись меньшим, можно остаться на уровне того самого кабинетного философствования, которое Скиннер так горячо не одобрял. Для начала осознаем, что именно можно наблюдать (то есть случай с исключением), и затем определим, расширяют ли дополнительные объяснения понимание рассматриваемого поведения. Если компетентная студентка отсеивается из колледжа, не лучше ли проверить, какие условия окружения предшествовали этому событию, чем предлагать для его объяснения какую-то психическую реальность, которую нельзя объективно

идентифицировать? Например, мешал ей спать шум в общежитии настолько, что она не могла успешно заниматься? Финансовые трудности заставляли ее работать 40 часов в неделю и таким образом ограничивали время для учебы? Или она играла в студенческой баскетбольной команде, расписание которой заставляло ее пропускать много занятий и экзаменов? Эти вопросы ясно показывают, что Скиннер возлагал ответственность за действия человека на обстоятельства окружения, а не на сферу автономного человека. Для Скиннера окружение — все и объясняет все.

Теория Скиннера, в таком случае, не делает попыток задавать вопросы или рассуждать о процессах внутреннего состояния человека. Это считается неприменимым к научному объяснению поведения. Для того, чтобы избежать замечания, что описание есть объяснение, Скиннер утверждал, что человеческий организм — это «черный ящик», чье содержимое (мотивы, влечения, конфликты, эмоции и так далее) следует исключить из сферы эмпирического исследования. Переменные организма ничего не добавляют к нашему пониманию человеческой деятельности и служат только для того, чтобы замедлить развитие научного анализа поведения. По Скиннеру, адекватные толкования можно сделать не обращаясь к каким-либо иным объяснениям, кроме тех, что отвечают за функциональные отношения между различными стимулами и поведенческими реакциями, открыто проявляемыми человеком. Однако Скиннер не отвергал категорически изучение внутренних явлений или того, что иногда называют «высшими психическими процессами». Действительно, он полагал, что психологи должны давать адекватные объяснения частным явлениям, но необходимо, чтобы эти изучаемые явления можно было надежно и объективно измерить. Именно этот акцент на объективность характеризует попытку Скиннера признать законность внутренних состояний и явлений.

Крах физиолого-генетического истолкования

В отличие от большинства психологов Скиннер не подчеркивал важность нейрофизиологических или генетических факторов, отвечающих за поведение человека. Это пренебрежение физиолого-генетическими концепциями поведения было основано на убеждении, что нельзя экспериментальным путем определить их влияние на поведение. Скиннер объяснял свое неприятие «физиологизации», замечая: «Даже когда можно показать, что какие-то аспекты поведения зависят от времени рождения, телосложения или генетической конституции, этот факт можно использовать ограниченно. Он помогает нам предсказать поведение, но представляет собой малую ценность для экспериментального анализа или практического применения, потому что таким условием нельзя манипулировать после того, как человек зачат» [Skinner, 1974, p. 371]. Таким образом, Скиннер не отрицал валидность биолого-генетических элементов поведения, а скорее игнорировал их, потому что они не поддаются (по крайней мере, в данный момент) изменению посредством контролируемого воздействия. Более того, он настаивал на том, что даже если ученые, изучающие мозг, в конце концов откроют биолого-генетические переменные, влияющие на поведение, только бихевиоральный анализ даст самое ясное объяснение действию этих переменных.

Какой должна быть наука о поведении

Скиннер допускал, что поведение можно достоверно определить, предсказать и проконтролировать условиями окружения. Понять поведение — значит проконтролировать его, и наоборот. Он всегда был против допущения какой-либо свободной воли или любого другого «сознательного» явления. Люди, по своей сути, очень сложные, но все же машины. Хотя он и не был первым психологом, предложившим механистический подход к изучению поведения (Уотсон пропагандировал отказ от менталистических концепций в 20-е годы), его формулировка отличалась тем, что он доводил идею до ее логического конца. По Скиннеру, наука о поведении человека принципиально не отличается от любой другой естественной науки, основанной на фактах; то есть имеет ту же цель — предсказать и проконтролировать изучаемое явление (открытое поведение в данном случае).

Далее Скиннер утверждал, что так как наука развивается от простого к сложному, логично изучить существа, находящиеся на более низкой ступени развития, прежде чем изучать самого человека — это позволит психологу легче раскрывать основные процессы и принципы поведения. Еще одним преимуществом является то, что в этом случае исследователь сможет осуществлять более точный контроль над параметрами окружения, в котором находится животное, и собирать данные в течение более длительного периода времени. Конечно, проблема в том, сколько данных, полученных при изучении одного вида (например, крыс), действительно применимо к другим видам (например, к человеку). Скиннер, однако, выступал за использование видов, стоящих на более низких ступенях эволюции, в качестве экспериментальных объектов, полагая вполне очевидной связь между принципами поведения животных и человека. И действительно, развитие обучающих машин и учебников по программированию является прямым результатом работы Скиннера с животными в лаборатории.

От других исследователей Скиннера также отличало и то, что он придавал особое значение анализу поведения единичных организмов. Он полагал, что их изучение необходимо, так как все организмы развиваются по одним и тем же законам. Таким образом, поведение отдельных крыс, голубей или людей может быть различным, а основные принципы поведения не меняются. Скиннер полагал, что, изучая одну крысу, одного голубя, одного человека, можно обнаружить и обобщить основные закономерности, присущие всем организмам.

Такая экспериментальная модель, направленная на исследования одного субъекта, не требует традиционных статистических методик, которые большинство студентов-психологов осваивают в ходе обучения. Скиннер отстаивал мнение, что вместо того, чтобы делать предположения о поведении несуществующего усредненного индивида, психологи должны пытаться предсказывать влияние одной или более контролируемых переменных на обусловленный компонент поведения отдельного организма в контролируемом окружении. Такой подход требует нестатистической стратегии, являющейся результатом законов, применимых к поведению реального индивида. Это то, говорил Скиннер, что психология как наука о поведении должна иметь своей целью. Взгляд Скиннера на психологию

можно подытожить его заявлением [Skinner, 1956], в котором он цитирует Павлова: «Управляйте вашими обстоятельствами, и вы увидите закономерности».

Придерживаясь бихевиористского подхода, Скиннер отстаивал функциональный анализ поведения организма. Такой анализ устанавливает точные, реальные и обусловленные взаимоотношения между открытым поведением (реакцией) организма и условиями окружающей среды (стимулами), контролирующими их. Эти переменные должны существовать независимо от нас, быть очевидными и определяемыми количественно. Причинно-следственные отношения, проистекающие из функционального анализа, становятся всеобщим законом науки о поведении. Практической целью является возможность манипулирования переменными окружающей среды (независимыми), которые позволяют делать прогноз, и затем измерение поведенческой реакции (зависимые переменные). Таким образом, психологи могут работать в рамках естественной науки и тем не менее открывать законы, относящиеся к поведению отдельных организмов.

Личность с точки зрения бихевиористского направления

Сейчас мы выяснили причины, по которым Скиннер обратился к экспериментальному подходу для изучения поведения. А как же изучение личности? Или она совершенно исчезла в скиннеровском бескомпромиссном подчеркивании функционального, причинно-следственного анализа поведения? Говоря кратко, ответ на последний вопрос «нет», если принимаются во внимание установленные научные критерии. Как мы убедились, например, Скиннер не принял идею о личности или самости, которая стимулирует и направляет поведение. Он считал такой подход пережитком примитивного анимизма, доктрины, заранее допускающей существование чего-то похожего на дух, который изнутри двигает тело [Skinner, 1989]. И он не принял бы объяснение, подобное этому: «Преподобный Джонс и еще 980 членов секты „Народный храм“ совершили самоубийство в джунглях Гайаны, потому что они были эмоционально неустойчивы».

Скиннеровский радикальный бихевиоризм делал упор на интенсивный анализ характерных особенностей прошлого опыта человека и уникальных врожденных способностей.

> В поведенческом анализе человек рассматривается как организм... который обладает приобретенным набором поведенческих реакций... [Он] — не порождающий фактор; он локус, точка, в которой множество генетических условий и обстоятельств окружения соединяются в совместном действии. Как таковой, он остается, несомненно, уникальным. Никто другой (если у него нет идентичного близнеца) не обладает его генетическими данными, и безоговорочно никто другой не имеет такого же личного прошлого, которое присуще только ему. Следовательно, никто другой не ведет себя таким же образом [Skinner, 1974, р. 167–168].

Следовательно, по Скиннеру, изучение личности включает в себя нахождение своеобразного характера взаимоотношений между поведением организма и результатами, подкрепляющими его. В соответствии с этой точкой зрения, индивидуальные различия между людьми следует понимать в терминах интеракций поведение—окружение во времени. Изучать же предполагаемые свойства и воздействия каких-то гипотетических структур внутри человека — только терять время.

РЕСПОНДЕНТНОЕ И ОПЕРАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

При рассмотрении скиннеровского подхода к личности следует различать две разновидности поведения: респондентное и оперантное. Чтобы лучше понять принципы скиннеровского оперантного научения, мы сначала обсудим респондентное поведение.

Респондентное поведение подразумевает характерную реакцию, вызываемую известным стимулом, последний всегда предшествует первой во времени. Хорошо знакомые примеры — это сужение или расширение зрачка в ответ на световую стимуляцию, подергивание колена при ударе молоточком по коленному сухожилию и дрожь при холоде. В каждом из этих примеров взаимоотношение между стимулом (уменьшение световой стимуляции) и реакцией (расширение зрачка) невольное и спонтанное, это происходит всегда. Также респондентное поведение обычно влечет за собой рефлексы, включающие автономную нервную систему. Однако респондентному поведению можно и научить. Например, актриса, которая очень потеет и у которой «сосет под ложечкой» от страха перед выходом на публику, возможно, демонстрирует респондентное поведение. Для того, чтобы понять, как можно изучать то или другое респондентное поведение, полезно познакомиться с трудами И. П. Павлова, первого ученого, чье имя связывают с бихевиоризмом.

Павлов, русский физиолог, первым при изучении физиологии пищеварения открыл, что респондентное поведение может быть классически обусловленным. Он наблюдал, что пища, помещенная в рот голодной собаки, автоматически вызывает слюноотделение. В таком случае, слюноотделение — это безусловная реакция или, как Павлов назвал это, *безусловный рефлекс* (БР). Он вызывается пищей, которая является *безусловным стимулом* (БС). Великое открытие Павлова состояло в том, что если ранее нейтральный стимул многократно объединялся с БС, то в конце концов нейтральный стимул приобретал способность вызывать БР и в тех случаях, когда он предъявлялся без БС. Например, если колокольчик звонит каждый раз непосредственно перед тем, как пища оказывается в пасти собаки, постепенно у нее начнет выделяться слюна при звуке колокольчика, даже если пищи нет. Новая реакция (слюноотделение на звук колокольчика) называется *условным рефлексом* (УР), а ранее нейтральный, вызывающий ее стимул (звук колокольчика) получил название *условный стимул* (УС). На рис. 7–1 можно видеть процесс *классического обусловливания*.

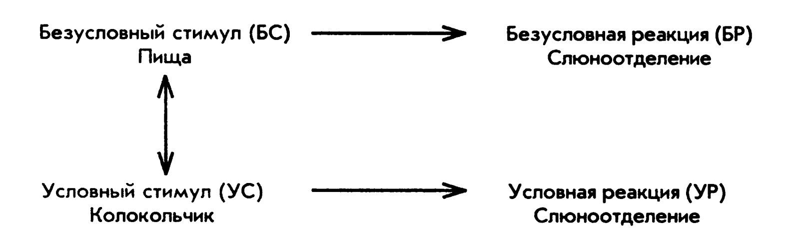


Рис. 7–1. *Парадигма классического обусловливания по Павлову.*

В более поздних трудах Павлов отмечал, что если он переставал давать пищу после звука колокольчика, у собаки в конце концов совсем прекращалось слюноотделение на этот звук. Этот процесс называется *угасание* и демонстрирует, что *подкрепление* (пища) значимо как для приобретения, так и для сохранения респондентного научения. Павлов также обнаружил, что если собаке дают длительный отдых в период угасания, то слюноотделение будет повторяться при звуке колокольчика. Это явление соответственно называется *самопроизвольное восстановление*.

Несмотря на то, что вначале Павлов проводил экперименты на животных, другие исследователи начали изучать основные процессы классического обусловливания на людях. Эксперимент, который провели Уотсон и Рейнер [Watson, Rayner, 1920] иллюстрирует ключевую роль классического обусловливания в формировании таких эмоциональных реакций, как страх и тревога. Эти ученые обусловливали эмоциональную реакцию страха у 11-месячного мальчика, известного в анналах психологии под именем «Маленький Альберт». Как и многие дети, Альберт вначале не боялся живых белых крыс. К тому же его никогда не видели в состоянии страха или гнева. Методика эксперимента состояла в следующем: Альберту показывали прирученную белую крысу (УС) и одновременно за его спиной раздавался громкий удар в гонг (БС). После того, как крыса и звуковой сигнал были представлены семь раз, реакция сильного страха (УР) — плач и запрокидывание — наступала, когда ему только показывали животное. Через пять дней Уотсон и Рейнер показали Альберту другие предметы, напоминающие крысу тем, что они были белые и пушистые. Было обнаружено, что реакция страха у Альберта распространилась на множество стимулов, включая кролика, пальто из котикового меха, маску Деда Мороза и даже волосы экспериментатора. Большинство из этих обусловленных страхов все еще можно было наблюдать месяц спустя после первоначального обусловливания. К сожалению, Альберта выписали из больницы (где проводилось исследование) до того, как Уотсон и Рейнер смогли угасить у ребенка страхи, которые они обусловили. О «Маленьком Альберте» больше никогда не слышали. Позже многие резко критиковали авторов за то, что они не убедились в отсутствии у Альберта стойких болезненных последствий эксперимента. Хотя ретроспективно этот случай можно назвать жестоким, он действительно поясняет, как подобные страхи (боязнь незнакомых людей, зубных врачей и докторов) можно приобрести в процессе классического обусловливания.

Респондентное поведение — это скиннеровская версия павловского, или классического обусловливания. Он также называл его *обусловливанием типа С*, чтобы подчеркнуть важность стимула, который появляется до реакции и выявляет ее. Однако Скиннер полагал, что в целом поведение животных и человека нельзя объяснять в терминах классического обусловливания. Напротив, он делал акцент на поведении, не связанном с какими-либо известными стимулами. Пример для иллюстрации: рассматривая поведение, вы непосредственно сейчас занимаетесь чтением. Определенно, это не рефлекс, и стимул, управляющий этим процессом (экзамены и оценки), не предшествует ему. Наоборот, в основном на ваше поведение чтения воздействуют стимульные события, которые наступят после него, а именно — его последствия. Так как этот тип поведения предполагает, что организм активно воздействует на окружение с целью изменить события каким-то



Многие детские страхи получаются в результате классического обусловливания. (David H. Krathwohl/Stock, Boston)

образом, Скиннер определил его как *оперантное поведение*. Он также называл его *обусловливание типа Р*, чтобы подчеркнуть воздействие реакции на будущее поведение.

Оперантное поведение (вызванное оперантным научением) определяется событиями, которые следуют за реакцией. То есть за поведением идет следствие, и природа этого следствия изменяет тенденцию организма повторять данное поведение в будущем. Например, катание на роликовой доске, игра на фортепиано, метание дротиков и написание собственного имени — это образцы оперантной реакции, или операнты, контролируемые результатами, следующими за соответствующим поведением. Это произвольные приобретенные реакции, для которых не существует стимула, поддающегося распознаванию. Скиннер понимал, что бессмысленно рассуждать о происхождении оперантного поведения, так как нам неизвестны стимул или внутренняя причина, ответственная за его появление. Оно происходит спонтанно.

Если последствия благоприятны для организма, тогда вероятность повторения операнта в будущем усиливается. Когда это происходит, говорят, что последствия подкрепляются, и оперантные реакции, полученные в результате подкрепления (в смысле высокой вероятности его появления) обусловились. Сила позитивного подкрепляющего стимула таким образом определяется в соответствии с его воздействием на последующую частоту реакций, которые непосредственно предшествовали ему.

И напротив, если последствия реакции не благоприятны и не подкреплены, тогда вероятность получить оперант уменьшается. Например, вы скоро перестанете улыбаться человеку, который в ответ на вашу улыбку всегда бросает на вас сердитый взгляд или вообще никогда не улыбается. Скиннер полагал, что, следовательно, оперантное поведение контролируется *негативными последствиями*. По определению, негативные, или аверсивные последствия ослабляют поведение,

порождающее их, и усиливают поведение, устраняющее их. Если человек постоянно угрюм, вы, вероятно, попытаетесь совсем избегать его. Подобным же образом, если вы паркуете свою машину в том месте, гда есть надпись «Только для президента» и в результате на ветровом стекле машины находите штрафной талон, вы, несомненно, скоро прекратите парковаться там.

Для того, чтобы изучать оперантное поведение в лаборатории, Скиннер придумал на первый взгляд простую процедуру, названную *свободным оперантным методом.* Полуголодную крысу поместили в пустую «свободно-оперантную камеру» (известную как «ящик Скиннера»), где был только рычаг и миска для еды. Сначала крыса демонстрировала множество оперантов: ходила, принюхивалась, почесывалась, чистила себя и мочилась. Такие реакции не вызывались никаким узнаваемым стимулом; они были спонтанны. В конце концов, в ходе своей ознакомительной деятельности крыса нажимала на рычаг, тем самым получая шарик пищи, автоматически доставляемый в миску под рычагом. Так как реакция нажатия рычага первоначально имела низкую вероятность возникновения, ее следует считать чисто случайной по отношению к питанию; то есть мы не можем предсказать, когда крыса будет нажимать на рычаг, и не можем заставить ее делать это. Однако, лишая ее пищи, скажем, на 24 часа, мы можем убедиться, что реакция нажима рычага приобретет, в конце концов, высокую вероятность в такой особой ситуации. Это делается при помощи метода, называющегося *научение через кормушку*, посредством которого экспериментатор дает шарики пищи каждый раз, когда крыса нажимает на рычаг. Потом можно увидеть, что крыса проводит все больше времени рядом с рычагом и миской для пищи, а через соответствующий промежуток времени она начнет нажимать рычаг все быстрее и быстрее. Таким образом, нажатие рычага постепенно становится наиболее частой реакцией крысы на условие пищевой депривации. В ситуации оперантного научения поведение крысы является инструментальным, то есть оно действует на окружающую среду, порождая подкрепление (пищу). Если далее идут неподкрепляемые опыты, то есть если пища не появляется постоянно вслед за реакцией нажатия рычага, крыса, в конце концов, перестанет нажимать его, и произойдет *экспериментальное угасание.*

Теперь, когда мы познакомились с природой оперантного научения, будет полезно рассмотреть пример ситуации, встречающейся почти в каждой семье, где есть маленькие дети, а именно — оперантное научение поведению плача. Как только маленькие дети испытывают боль, они плачут, и немедленная реакция родителей — выразить внимание и дать другие позитивные подкрепления. Так как внимание является подкрепляющим фактором для ребенка, реакция плача становится естественно обусловленной. Однако плач может возникать и тогда, когда боли нет. Хотя большинство родителей утверждают, что они могут различать плач от расстройства и плач, вызванный желанием внимания, все же многие родители упорно подкрепляют последний.

Могут ли родители устранить обусловленное поведение плача или ребенку уготована судьба быть «плаксой» на всю жизнь? Уильямс [Williams, 1959] сообщает о случае, который показывает, как обусловленный плач был подавлен у 21-месячного ребенка. Из-за серьезного заболевания в течение первых 18 месяцев жизни ребенок получал повышенное внимание от своих обеспокоенных родителей. Фактически, из-за его крика и плача, когда он ложился спать, кто-то из родите-

лей или тетя, жившая вместе с этой семьей, оставались в его спальне до тех пор, пока он не засыпал. Такое ночное бодрствование обычно занимало два-три часа. Оставаясь в комнате, пока он не засыпал, родители, несомненно, давали позитивное подкрепление поведению плача у ребенка. Он прекрасно контролировал своих родителей. Чтобы подавить это неприятное поведение, врачи велели родителям оставлять ребенка засыпать одного и не обращать никакого внимания на плач. Через семь ночей поведение плача фактически прекратилось. К десятой ночи ребенок даже улыбался, когда его родители уходили из комнаты, и можно было слышать его довольный лепет, когда он засыпал. Через неделю, однако, ребенок сразу начал кричать, когда тетя уложила его в постель и вышла из комнаты. Она возвратилась и осталась там, пока ребенок не заснул. Этого одного примера позитивного подкрепления было достаточно, чтобы стало необходимым во второй раз пройти через весь процесс угасания. К девятой ночи плач ребенка наконец прекратился, и Уильямс сообщил об отсутствии рецидивов в течение двух лет.

Режимы подкрепления

Суть оперантного научения состоит в том, что подкрепленное поведение стремится повториться, а поведение неподкрепленное или наказуемое имеет тенденцию не повторяться или подавляться. Следовательно, концепция подкрепления играет ключевую роль в теории Скиннера.

Скорость, с которой оперантное поведение приобретается и сохраняется, зависит от режима применяемого подкрепления. *Режим подкрепления* — правило, устанавливающее вероятность, с которой подкрепление будет происходить. Самым простым правилом является предъявление подкрепления каждый раз, когда субъект дает желаемую реакцию. Это называется *режимом непрерывного подкрепления* и обычно используется на начальном этапе любого оперантного научения, когда организм учится производить правильную реакцию. В большинстве ситуаций повседневной жизни, однако, это либо неосуществимо, либо неэкономично для сохранения желаемой реакции, так как подкрепление поведения бывает не всегда одинаковым и регулярным. В большинстве случаев социальное поведение человека подкрепляется только иногда. Ребенок плачет неоднократно, прежде чем добьется внимания матери. Ученый много раз ошибается, прежде чем приходит к правильному решению трудной проблемы. В обоих этих примерах неподкрепленные реакции встречаются до тех пор, пока одна из них не будет подкреплена.

Скиннер тщательно изучал, как режим *прерывистого,* или *частичного, подкрепления* влияет на оперантное поведение. Хотя возможны многие различные режимы подкрепления, их все можно классифицировать в соответствии с двумя основными параметрами: 1) подкрепление может иметь место только после того, как истек определенный или случайный временной интервал с момента предыдущего подкрепления (так называемый режим *временного подкрепления*); 2) подкрепление может иметь место только после того, как с момента подкрепления было получено определенное или случайное *количество реакций* (режим *пропорционального подкрепления*). В соответствии с этими двумя параметрами выделяют четыре основных режима подкрепления.

1. *Режим подкрепления с постоянным соотношением* (ПС). В данном режиме организм подкрепляется по наличию заранее определенного или «постоянного» числа соответствующих реакций. Этот режим является всеобщим в повседневной жизни и ему принадлежит значительная роль в контроле над поведением. Во многих сферах занятости сотрудникам платят отчасти или даже исключительно в соответствии с количеством единиц, которые они производят или продают. В промышленности эта система известна как плата за единицу продукции. Режим ПС обычно устанавливает чрезвычайно высокий оперантный уровень, так как чем чаще организм реагирует, тем большее подкрепление он получает.

2. *Режим подкрепления с постоянным интервалом* (ПИ). В режиме подкрепления с постоянным интервалом организм подкрепляется после того, как твердо установленный или «постоянный» временной интервал проходит с момента предыдущего подкрепления. На уровне человека режим ПИ действителен при выплате зарплаты за работу, выполненную за час, неделю или месяц. Подобно этому, еженедельная выдача денег ребенку на карманные расходы образует ПИ форму подкрепления. Университеты обычно работают в соответствии с временным режимом ПИ. Экзамены устанавливаются на регулярной основе и отчеты об академической успеваемости издаются в установленные сроки. Любопытно, что режим ПИ дает низкую скорость реагирования сразу после того, как получено подкрепление — феномен, названный *паузой после подкрепления*. Это показательно для студентов, испытывающих трудности при обучении в середине семестра (предполагается, что они сдали экзамен хорошо), так как следующий экзамен будет еще нескоро. Они буквально делают перерыв в обучении.

3. *Режим подкрепления с вариативным соотношением* (ВС). В этом режиме организм подкрепляется на основе какого-то в среднем предопределенного числа реакций. Возможно, наиболее драматической иллюстрацией поведения человека, находящегося под контролем режима ВС, является захватывающая азартная игра. Рассмотрим действия человека, играющего в игральный автомат, где нужно опускать монетку или специальной рукояткой вытягивать приз. Эти аппараты запрограммированы таким образом, что подкрепление (деньги) распределяется в соответствии с числом попыток, за которые человек платит, чтобы управлять рукояткой. Однако выигрыш непредсказуем, непостоянен и редко позволяет получать свыше того, что вложил игрок. Это объясняет тот факт, почему владельцы казино получают значительно больше подкреплений, чем их постоянные клиенты. Далее, угасание поведения, приобретенного в соответствии с режимом ВС, происходит очень медленно, так как организм точно не знает, когда будет следующее подкрепление. Таким образом, игрок принуждается опускать монеты в прорезь автомата, несмотря на ничтожный выигрыш (или даже проигрыш), в полной уверенности, что в следующий раз он «сорвет куш». Такая настойчивость типична для поведения, вызванного режимом ВС.

4. *Режим подкрепления с вариативным интервалом* (ВИ). В этом режиме организм получает подкрепление после того, как проходит неопределенный временной интервал. Подобно режиму ПИ, подкрепление при этом условии зависит от времени. Однако время между подкреплениями по режиму ВИ варьирует вокруг какой-то средней величины, а не является точно установленным. Как правило, скорость реагирования при режиме ВИ является прямой функцией приме-

ненной длины интервала: короткие интервалы порождают высокую скорость, а длинные интервалы порождают низкую скорость. Также при подкреплении в режиме ВИ организм стремится установить постоянную скорость реагирования, и при отсутствии подкрепления реакции угасают медленно. В конечном итоге, организм не может точно предвидеть, когда будет следующее подкрепление.

В повседневной жизни режим ВИ нечасто встречается, хотя несколько его вариантов можно наблюдать. Родитель, например, может хвалить поведение ребенка довольно произвольно, рассчитывая, что ребенок будет продолжать вести себя соответствующим образом и в неподкрепленные интервалы времени. Подобно этому, профессора, которые дают «неожиданные» контрольные работы, частота которых варьирует от одной в три дня до одной в три недели, в среднем одна в две недели, используют режим ВИ. При этих условиях от студентов можно ожидать сохранения относительно высокого уровня прилежания, так как они никогда не знают, в какой момент будет следующая контрольная работа.

Как правило, режим ВИ порождает более высокую скорость реагирования и большую сопротивляемость угасанию, чем режим ПИ.

Условное подкрепление

Теоретики, занимающиеся научением, признавали два типа подкрепления — первичное и вторичное. *Первичное* подкрепление — это любое событие или объект, сами по себе обладающие подкрепляющими свойствами. Таким образом, они не требуют предварительной ассоциации с другими подкреплениями, чтобы удовлетворить биологическую потребность. Первичные подкрепляющие стимулы для людей — это пища, вода, физический комфорт и секс. Их ценностное значение для организма не зависит от научения. *Вторичное,* или *условное* подкрепление, с другой стороны, — это любое событие или объект, которые приобретают свойство осуществлять подкрепление посредством тесной ассоциации с первичным подкреплением, обусловленным прошлым опытом организма. Примерами общих вторичных подкрепляющих стимулов у людей являются деньги, внимание, привязанности и хорошие оценки.

Небольшое изменение в стандартной процедуре оперантного научения демонстрирует, как нейтральный стимул может приобрести подкрепляющую силу для поведения. Когда крыса научилась нажимать на рычаг в «ящике Скиннера», сразу же ввели звуковой сигнал (сразу после осуществления реакции), за которым следовал шарик еды. В этом случае звук действует как *различительный стимул* (то есть животное учится реагировать только при наличии звукового сигнала, так как он сообщает о пищевом вознаграждении). После того, как эта специфическая оперантная реакция устанавливается, начинается угасание: когда крыса нажимает на рычаг, не появляются ни пища, ни звуковой сигнал. Через какое-то время крыса перестает нажимать на рычаг. Затем звуковой сигнал повторяется каждый раз, когда животное нажимает на рычаг, но шарик пищи не появляется. Несмотря на отсутствие первоначального подкрепляющего стимула, животное понимает, что нажатие на рычаг вызывает звуковой сигнал, поэтому оно продолжает настойчиво реагировать, тем самым ослабляя угасание. Другими словами, установленная скорость нажатия на рычаг отражает тот факт, что звуковой сигнал теперь действует

как условный подкрепляющий фактор. Точная скорость реагирования зависит от силы звукового сигнала как условного подкрепляющего стимула (то есть от числа случаев, когда звуковой сигнал ассоциировался с первичным подкрепляющим стимулом, пищей, в процессе научения). Скиннер доказывал, что фактически любой нейтральный стимул может стать подкрепляющим, если он ассоциируется с другими стимулами, ранее имевшими подкрепляющие свойства. Таким образом, феномен условного подкрепления в значительной степени увеличивает сферу возможного оперантного научения, особенно если это касается социального поведения человека. Иначе говоря, если бы все, чему мы научились, было пропорционально первичному подкреплению, то возможности для научения были бы очень ограничены, и деятельность человека не была бы столь разнообразна.

Характерным для условного подкрепления является то, что оно генерализуется, если объединяется с более чем одним первичным подкреплением. Деньги — особенно показательный пример. Очевидно, что деньги не могут удовлетворить какое-либо из наших первичных влечений. Все же благодаря системе культурного обмена деньги являются мощным и сильным фактором для получения множества удовольствий. Например, деньги позволяют нам иметь модную одежду, яркие машины, медицинскую помощь и образование. Иные виды генерализованных условных подкрепляющих стимулов — это лесть, похвала, привязанности и подчинение себе других. Эти так называемые *социальные подкрепляющие стимулы* (включающие в себя поведение других людей) часто действуют очень сложно и едва уловимо, но они существенны для нашего поведения в разнообразных ситуациях. Внимание — простой случай. Все знают, что ребенок может получить внимание, когда притворяется больным или плохо себя ведет. Часто дети назойливы, задают нелепые вопросы, вмешиваются в разговор взрослых, рисуются, поддразнивают младших сестер или братьев и мочатся в постель — и все это для привлечения внимания. Внимание значимого другого — родителей, учителя, возлюбленного — особенно эффективный генерализованный условный стимул, который может содействовать ярко выраженному поведению привлечения внимания.

Еще более сильный генерализованный условный стимул — это социальное одобрение. Например, многие люди проводят массу времени, прихорашиваясь перед зеркалом, в надежде получить одобряющий взгляд супруга или любовника. И женская, и мужская мода — это предмет одобрения, и она существует до тех пор, пока есть социальное одобрение. Студенты высшей школы соревнуются за место в университетской легкоатлетической команде или участвуют в мероприятиях вне учебного плана (драма, диспут, школьный ежегодник) для того, чтобы получить одобрение родителей, сверстников и соседей. Хорошие отметки в колледже — тоже *позитивный подкрепляющий стимул*, потому что ранее за это получали похвалу и одобрение родителей. Будучи мощным условным подкрепляющим стимулом, удовлетворительные оценки также способствуют поощрению учения и достижению более высокой академической успеваемости.

Скиннер полагал, что условные подкрепляющие стимулы очень важны в контроле поведения человека [Skinner, 1971]. Он также отмечал, что каждый человек проходит уникальную науку научения, и вряд ли всеми людьми управляют одни и те же подкрепляющие стимулы. Например, для кого-то очень сильным подкрепляющим стимулом является успех в качестве антрепренера; для других важно

выражение нежности; а иные находят подкрепляющий стимул в спорте, академических или музыкальных занятиях. Возможные вариации в поведении, поддержанные условными подкрепляющими стимулами, бесконечны. Следовательно, понять условные покрепляющие стимулы у человека намного сложнее, чем понять, почему крыса, лишенная пищи, нажимает рычаг, получая в качестве подкрепления только звуковой сигнал.

Контроль поведения посредством аверсивных стимулов

С точки зрения Скиннера, в основном поведение человека контролируется *аверсивными* (неприятными или болевыми) стимулами. Два наиболее типичных метода аверсивного контроля — это *наказание* и *негативное подкрепление*. Эти термины часто используются как синонимы для описания концептуальных свойств и поведенческих эффектов аверсивного контроля. Скиннер предложил следующее определение: «Вы можете различать наказание, при котором происходит аверсивное событие, пропорциональное реакции, и негативное подкрепление, в котором подкреплением является устранение аверсивного стимула, условного или безусловного» [Evans, 1968, p. 33].

Наказание. Термин *наказание* относится к любому аверсивному стимулу или явлению, которое следует или которое зависит от появления какой-то оперантной реакции. Вместо того, чтобы усиливать реакцию, которую оно сопровождает, наказание уменьшает, по крайней мере временно, вероятность того, что реакция повторится. Предполагаемая цель наказания — побудить людей не вести себя данным образом. Скиннер [Skinner, 1983] заметил, что это наиболее общий метод контроля поведения в современной жизни.

По Скиннеру, наказание может быть осуществлено двумя различными способами, которые он называет *позитивное наказание* и *негативное наказание* (табл. 7–1). Позитивное наказание встречается всякий раз, когда поведение ведет к аверсивному исходу. Вот несколько примеров: если дети плохо себя ведут, их шлепают или бранят; если студенты пользуются шпаргалками на экзамене, их исключают из вуза или школы; если взрослых ловят на краже, их штрафуют или сажают в тюрьму. Негативное же наказание встречается всякий раз, когда за поведением следует устранение (возможного) позитивного подкрепляющего стимула. Например, детям запрещают смотреть телевизор из-за плохого поведения. Широко используемый подход к негативному наказанию — методика приостановки. В соответствии с этой методикой человека моментально удаляют из ситуации, в которой доступны определенные подкрепляющие стимулы. Например, непослушного ученика четвертого класса, мешающего занятиям, могут выгнать из кабинета.

Негативное подкрепление. В отличие от наказания, *негативное подкрепление* — это процесс, в котором организм ограничивает аверсивный стимул или избегает его. Любое поведение, которое препятствует аверсивному положению дел, таким образом чаще повторяется и является негативно подкрепленным (см. табл. 7–1). Поведение ухода — это тот самый случай. Скажем, человек, который прячется от палящего солнца, уходя в помещение, скорее всего снова

Таблица 7–1. **Позитивное и негативное подкрепление и наказание**

	Позитивное	Негативное
Подкрепление	Предъявление положительного стимула	Удаление аверсивного стимула
Наказание	Предъявление аверсивного стимула	Удаление положительного стимула

Как подкрепление, так и наказание могут выполняться двумя способами, это зависит от того, что следует за реакцией: предъявление или устранение приятного или неприятного стимула. Обратите внимание на то, что подкрепление усиливает реакцию; наказание — ослабляет ее.

пойдет туда, когда солнце вновь станет палящим. Следует заметить, что уход от аверсивного стимула не то же самое, что избегание его, поскольку аверсивный стимул, которого избегают, физически не представлен. Следовательно, другой способ бороться с неприятными условиями — научиться избегать их, то есть вести себя так, чтобы предотвратить их появление. Эта стратегия известна как научение избегания. Например, если учебный процесс позволяет ребенку избежать домашнего задания, негативное подкрепление используется для усиления интереса к обучению. Поведение избегания также имеет место, когда наркоманы разрабатывают искусные планы, с тем чтобы сохранить свои привычки, но не довести дело до аверсивных последствий — тюремного заключения.

Скиннер [Skinner, 1971, 1983] боролся с использованием всех форм контроля поведения, основанных на аверсивных стимулах. Он особо выделял наказание как неэффективное средство контроля поведения. Причина в том, что из-за своей угрожающей природы тактика наказания нежелательного поведения может вызвать отрицательные эмоциональные и социальные побочные эффекты. Тревога, страх, антисоциальные действия и потеря самоуважения и уверенности — это только некоторые возможные негативные побочные явления, связанные с использованием наказания. Угроза, внушаемая аверсивным контролем, может также подтолкнуть людей к моделям поведения даже более спорным, чем те, за которые их первоначально наказали. Рассмотрим, например, родителя, который наказывает ребенка за посредственную учебу. Позже, в отсутствии родителя, ребенок может вести себя еще хуже — прогуливать уроки, шататься по улицам, портить школьное имущество. Вне зависимости от исхода ясно, что наказание не принесло успеха в выработке желаемого поведения у ребенка. Так как наказание может временно подавлять нежелательное или неадекватное поведение, основным возражением Скиннера было то, что поведение, за которым последовало наказание, скорее всего вновь появится там, где отсутствует тот, кто может наказать. Ребенок, которого несколько раз наказали за сексуальную игру, совсем необязательно откажется от ее продолжения; человек, которого посадили в тюрьму за жестокое нападение, не обязательно будет меньше склонен к жестокости. Поведение, за которое наказали, может опять появиться после того, как исчезнет вероятность

Физическая изоляция — это один из способов наказания с целью предотвратить проявления нежелательного поведения.
(Susan S. Perry/Woodfin Camp & Associates)

быть наказанным [Skinner, 1971, p. 62]. Этому легко можно найти примеры в жизни. Ребенок, которого отшлепают за то, что он ругался в доме, может свободно это делать в другом месте. Водитель, оштрафованный за превышение скорости, может заплатить полицейскому и продолжать свободно превышать скорость, когда поблизости нет патруля с радаром.

Вместо аверсивного контроля поведения Скиннер [Skinner, 1978] рекомендовал *позитивное подкрепление*, как наиболее эффективный метод для устранения нежелательного поведения. Он доказывал, что, поскольку позитивные подкрепляющие стимулы не дают негативных побочных явлений, связанных с аверсивными стимулами, они более пригодны для формирования поведения человека. Например, осужденные преступники содержатся в невыносимых условиях во многих карательных учреждения (свидетельство тому — многочисленные тюремные бунты в Соединенных Штатах за последние несколько лет). Очевидно, что большинство попыток реабилитировать преступников провалились, это подтверждает высокий уровень рецидивов или повторных нарушений закона. Применив подход Скиннера, можно было бы так урегулировать условия окружения в тюрьме, чтобы поведение, напоминающее поведение законопослушных граждан, позитивно подкреплялось (например, научение навыкам социальной адаптации, ценностям, отношениям). Подобная реформа потребует привлечения экспертов по поведению, имеющих знания о принципах научения, личности и психопатологии. С точки

зрения Скиннера, такую реформу можно было бы успешно выполнить, используя уже имеющиеся ресурсы и психологов, обученных методам бихевиоральной психологии.

Скиннер показал возможности позитивного подкрепления, и это повлияло на стратегии поведения, используемые в воспитании детей, в образовании, бизнесе и промышленности. Во всех этих областях появилась тенденция к все большему поощрению желательного поведения, а не наказанию нежелательного.

Генерализация и различение стимулов

Логическим расширением принципа подкрепления является то, что поведение, усиленное в одной ситуации, весьма вероятно повторится, когда организм столкнется с другими ситуациями, напоминающими ее. Если бы это было не так, то наш поведенческий набор был бы так сильно ограничен и хаотичен, что мы бы, возможно, проснувшись утром, долго размышляли над тем, как реагировать должным образом на каждую новую ситуацию. В теории Скиннера тенденция подкрепленного поведения распространяться на множество подобных положений называется *генерализацией стимула*. Этот феномен легко наблюдать в повседневной жизни. Например, ребенок, которого похвалили за утонченные хорошие манеры дома, будет обобщать это поведение в соответствующих ситуациях и вне дома, такого ребенка не нужно учить, как прилично вести себя в новой ситуации. Обобщение стимула также может быть результатом неприятного жизненного опыта. Молодая женщина, изнасилованная незнакомцем, может генерализировать свой стыд и враждебность по отношению ко всем лицам противоположного пола, так как они напоминают ей о физической и эмоциональной травме, нанесенной незнакомцем. Подобно этому, единственного случая испуга или аверсивного опыта, причиной которого явился человек, принадлежащий к определенной этнической группе (белый, черный, латиноамериканец, азиат), может быть достаточно для индивида, чтобы создать стереотип и таким образом избежать будущих социальных контактов со всеми представителями данной группы.

Хотя способность обобщать реакции — важный аспект многих наших повседневных социальных интеракций, все же очевидно, что при адаптивном поведении нужно обладать способностью делать различия в разных ситуациях. *Различение стимула*, составная часть обобщения, — это процесс научения реагировать адекватным образом в различных ситуациях окружения. Примеров множество. Автомобилист остается в живых в час пик благодаря тому, что различает красный и зеленый цвета светофора. Ребенок учится различать домашнюю собачку и злобного пса. Подросток учится различать поведение, находящее одобрение у сверстников, и поведение, раздражающее и отчуждающее других. Диабетик сразу обучается различать пищу, содержащую много и мало сахара. В самом деле, практически все разумное поведение человека зависит от способности делать различение.

Способность к различению приобретается через подкрепление реакций в присутствии одних стимулов и неподкрепление их в присутствии других стимулов. Различительные стимулы таким образом дают нам возможность предвидеть вероятные результаты, связанные с изъявлением особой оперантной реакции в раз-

личных социальных ситуациях. Соответственно, индивидуальные вариации различительной способности зависят от уникального прошлого опыта различных подкреплений. Скиннер предположил, что здоровое личностное развитие происходит в результате взаимодействия генерализирующей и различительной способностей, с помощью которых мы регулируем наше поведение так, чтобы максимизировать позитивное подкрепление и минимизировать наказание.

Последовательное приближение: как заставить гору прийти к Магомету

Первые опыты Скиннера в области оперантного научения были сфокусированы на реакциях, обычно изъявляемых со средней или высокой частотой (например, клевок голубя по ключу, нажатие рычага крысой). Однако вскоре стало очевидным, что стандартная методика оперантного научения плохо подходила для большого числа сложных оперантных реакций, которые могли спонтанно встречаться с вероятностью, равной почти нулю. В сфере поведения человека, например, сомнительно, что с помощью.общей стратегии оперантного научения можно было бы успешно научить пациентов психиатрического отделения приобретать соответствующие навыки межличностного общения. Для того, чтобы облегчить эту задачу, Скиннер [Skinner, 1953] придумал методику, при которой психологи могли эффективно и быстро уменьшить время, требуемое для обусловливания почти любого поведения в том наборе, которым располагал человек. Эта методика, названная *методом успешного приближения,* или *формированием поведения*, состоит из подкрепления поведения, наиболее близкого к желаемому оперантному поведению. К этому приближаются шаг за шагом, и поэтому одна реакция подкрепляется, а затем подменяется другой, более близкой к желаемому результату.

Скиннер установил, что процесс формирования поведения обусловливает развитие устной речи. Для него язык — это результат подкрепления высказываний ребенка, представленных первоначально вербальным общением с родителями, братьями и сестрами. Таким образом, начинаясь с довольно простых форм лепета в младенчестве, детское вербальное поведение постепенно развивается, пока не начинает напоминать язык взрослых. В «Вербальном поведении» Скиннер дает более подробное объяснение тому, как «законы языка», подобно любому другому поведению, постигаются с помощью тех же самых оперантных принципов [Skinner, 1957]. И, как можно было ожидать, другие исследователи поставили под сомнение утверждение Скиннера, что язык — это просто продукт вербальных высказываний, выборочно подкрепленных в течение первых лет жизни. Ноэм Хомский [Chomsky, 1972], один из наиболее строгих критиков Скиннера, утверждает, что большую скорость усвоения вербальных навыков в раннем детстве никак нельзя объяснить в терминах оперантного научения. С точки зрения Хомского, особенности, которыми обладает мозг при рождении, являются причиной того, что ребенок приобретает язык. Другими словами, существует врожденная способность усваивать сложные правила разговорного общения.

Мы закончили краткий обзор научающе-бихевиорального направления Скиннера. Как мы увидели, Скиннер не считал необходимым рассматривать внутренние силы или мотивационные состояния человека в качестве причинного фактора

поведения. Скорее он сосредотачивался на взаимоотношениях между определенными явлениями окружения и открытым поведением. Далее, он придерживался мнения, что личность — это не что иное как определенные формы поведения, которые приобретаются посредством оперантного научения. Добавляют что-то эти рассуждения к всеобъемлющей теории личности или нет, но Скиннер имел глубокое влияние на наши представления о проблемах научения человека. Философские положения, лежащие в основе системы взглядов Скиннера на человека, четко отделяют его от большинства персонологов, с которыми мы уже познакомились.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ СКИННЕРА ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Так как Скиннер отрицал интрапсихическое объяснение поведения, его концепция человека радикально отличается от концепций большинства персонологов. Кроме того, его основные положения о человеческой природе четки и определенны. Позиция Скиннера, касающаяся этих положений, показана на рис. 7–2.

Свобода—детерминизм. По Скиннеру, мы, люди, абсолютно зависимы от нашего прошлого опыта. Более точно, наше поведение есть продукт предшествующих подкреплений, мы делаем то, что уже было подкреплено в прошлом. Индивидуальные различия в поведении происходят исключительно в результате различного прошлого подкрепления, так как свобода в принципе не допускается в экспериментальном анализе поведения. Фактически Скиннер утверждал, что детерминистское положение является абсолютной необходимостью для науки о поведении человека: «Если мы хотим использовать методы науки в сфере изучения человека, мы обязаны предположить, что поведение закономерно и обусловлено» [Skinner, 1953, p. 6].

В системе Скиннера ребенок обладает бесконечным числом возможностей для усвоения поведения. Именно родители первыми подкрепляют и таким образом



Рис. 7–2. Позиция Скиннера по девяти основным положениям, касающимся природы человека.

формируют развитие в определенных направлениях, ребенок будет вести себя соответственно их поощрениям. Поведение, после которого устойчиво отсутствует подкрепление, не будет прочным. Постепенно, по мере развития, поведение ребенка принимает такие формы, которые напрямую зависят от постоянного опыта научения. В более традиционных, «нескиннеровских» терминах — возникает «личность» ребенка.

По мере того как социальный мир ребенка расширяется, существенное влияние на формирование поведения приобретают другие источники подкрепления. Школа, занятия спортом, мнение подростков становятся особенно важными и обычными источниками подкрепления. Принцип бихевиоральной детерминации посредством подкрепления остается тем же самым — меняются только виды и источники подкрепления. Тип подкреплений, относящийся к сексу и карьере, появляется позже. Став взрослым, человек ведет себя в соответствии со своим прошлым уникальным научением; можно предположить, что поведение индивида изменится только вследствие применения соответствующего подкрепления. В процессе развития ранее подкреплявшееся поведение выпадает из репертуара в результате либо неподкрепления, либо наказания, исходящего из актуального социального окружения. Короче, никто не имеет свободы выбора собственного поведения — напротив, поведение формируется исключительно внешними подкреплениями.

Рациональность—иррациональность. Скиннер рассматривал организм человека как «черный ящик». То, что в ящике могут протекать рациональные и/или иррациональные процессы, может быть интересной гипотезой — но ни та, ни другая возможности не имеют ничего общего с объяснением поведения человека. Наоборот, поведение является только функцией его последствий или правомерных отношений стимул — реакция. То, что поступает в ящик, то, что выходит из ящика, и то, что следует за этим — суть единственные релевантные переменные, необходимые в анализе поведения, а не то, что может или не может происходить внутри. Принципы поведения, раскрываемые средствами этого функционального подхода, в равной степени применимы к крысам, голубям и человеку; рассуждения о высоко организованных процессах рационального мышления последнего просто не релевантны для объяснения причинной обусловленности поведения. Так как обе крайности континуума рациональность — иррациональность относятся к гипотетическим внутренним процессам, которые лежат в основе поведения, это положение не играет важной роли в размышлениях Скиннера. Оно просто неприменимо к его позиции.

Холизм—элементализм. Скиннер рассматривал «личность» только как набор форм поведения, которые характерны для данного человека. Эти формы поведения могут быть в дальнейшем редуцированы до специфических реакций — всех, которые приобретены посредством научения. Следовательно, личность индивида состоит из относительно сложных, но тем не менее независимо приобретенных реакций. Чтобы понять поведение, нам нужно только понять опыт прошлого научения человека. В системе Скиннера поведение состоит из специфических элементов (оперантных реакций).

Приверженность элементализму также проявляется в подходе Скиннера к изучению поведения. Он методически изучал условия, при которых отдельные реакции приобретаются и модифицируются (например, крысы, нажимающие

12 Зак. 1212

рычаг, голуби, клюющие диск). Единицей анализа в экспериментальной работе Скиннера является отдельная реакция. В основе такого подхода, несомненно, находится положение элементализма, из которого вытекает, что поведение можно понять только при детальном анализе составляющих его частей.

С точки зрения Скиннера, *личностные различия* — это просто-напросто то, что бросается в глаза, то есть индивидуальные различия в поведении. Каждая личность строится во времени — элемент за элементом — и люди отличаются друг от друга только потому, что опыт их прошлого научения разный. Эта элементалистская точка зрения резко отличается от холистических концепций, которые описывают уникальность индивида в терминах некоего единого унифицированного и синкретического фактора, лежащего в основе поведения человека. В противовес гештальт-психологам, Скиннер полагал, что целое — это сумма его частей.

Конституционализм—инвайронментализм. Тот факт, что Скиннер посвятил свою профессиональную жизнь изучению модификации поведения под воздействием окружения, ясно показывает его искреннюю приверженность инвайронментализму. Хотя он признавал, что конституциональные факторы ограничивают человека, он пренебрегал ими при объяснении поведения. С точки зрения Скиннера, человек в высшей степени зависит от непостоянства окружения; характерные способы, с помощью которых он обучается поведению (личность), проистекают исключительно из ситуационно обоснованных возможностей подкрепления (научение). Акцент Скиннера на инвайронментализме неоспорим.

Объясняя, как люди отличаются друг от друга, Скиннер обошел роль конституциональных изменений. Следуя примеру более ранних бихевиористов (например, Уотсона), он полагал, что различие среды является основной причиной индивидуальных различий. Он утверждал: «Переменные, функцией которых является поведение человека, лежат в окружении» [Skinner, 1976, p. 1]. Таким образом, Дженни и Сьюзан отличаются друг от друга не благодаря своим уникальным генетическим особенностям, а, в основном, из-за различного окружения, в котором они находились. Если бы их окружение поменять местами при их рождении, то их личности в возрасте 20 лет также поменялись бы.

Изменяемость—неизменность. В утверждениях Скиннера нет двусмысленности: он был строгим приверженцем точки зрения, что поведение человека может меняться в течение жизни. Он не соглашался с большинством психологов-эволюционистов в том, какие условия и факторы провоцируют изменение поведения. «Психологический рост — это не свободно протекающий процесс, проявляющийся у индивида» [APA Monitor, 1977, p. 6]. По Скиннеру, в течение жизни поведение людей может меняться под воздействием меняющегося окружения — так как подкрепляющие особенности в окружении разные, то под их прямым контролем формируется разное поведение. В отличие от теоретиков, пропагандировавших возрастные стадии, например, Эриксона, Скиннер объяснял жизненные кризисы изменением окружения, ставящим индивида в ситуацию, когда его набор поведенческих реакций оказывается неадекватным для получения подкрепления в новой ситуации. С этой точки зрения, возрастные перемены отражают изменения вероятности получения подкреплений в течение жизни.

Несмотря на разницу во взглядах с теоретиками, пропагандировавшими возрастные стадии, Скиннер разделял их акцент на бихевиоральных изменениях.

Но, сообразно с остальными его воззрениями, он рассматривал изменения поведения как результат изменений окружения. Как мы неоднократно отмечали, центральным положением бихевиорально-научающей теории является изучение тех явлений, которые порождают изменения в поведении. Таким образом, оказывается, что приверженность Скиннера положению изменчивости очень сильна и лежит в основе всей его научной работы.

Субъективность—объективность. Точка зрения Скиннера на организм как на закрытый ящик предполагает несомненную приверженность положению объективности. Нам не нужно заглядывать в ящик, чтобы объяснить наблюдаемое поведение. Сообразно с теорией бихевиоризма, Скиннер доказывал, что деятельность человека можно объяснить только с позиций объективных отношений стимул—реакция. Происходит ввод информации, далее следует результат, а то, что происходит или не происходит потом (подкрепление), определяет вероятность повторения подобной реакции вслед за подобным вводом информации в будущем. Размышления или чувства человека по поводу входящих стимулов или исходящих реакций не важны при объяснении его поведения. Как писал Скиннер: «Познавательные процессы есть поведенческие процессы; это то, что делают люди» [Skinner, 1989, p. 17].

Субъективный опыт не всегда неуместен в системе Скиннера, но ссылки на него являются основным источником недоразумений в понимании причин наших действий. Он полагал, что гипотетический базис, используемый всеми другими персонологами (например, «эго» у Фрейда, «архетип» у Юнга, «кризис самоопределения» у Эриксона), просто запутывает объяснение поведения. Эти менталистические концепции — *поясняющая выдумка*, наложенная на реальные внешние причины, заставляющие человека действовать. И наиболее значительной из этих выдумок является сама концепция личности! Поскольку его система позволяет описать и объяснить и схожесть, и различие между индивидами (так же, как все другие теории личности), Скиннер выполнил эти задачи без какой-либо ссылки на «личность». Объективность является крайне важным положением, лежащим в основе системы Скиннера; он довел более раннее уотсоновское отрицание «разума» до логического конца.

Проактивность—реактивность. В описании Скиннером поведения человека в терминах стимул—реакция—подкрепление подчеркивается основополагающее положение реактивности. Реактивность наиболее ясно просматривается в классическом обусловливании, где реакции автоматически запускаются стимулами, непосредственно предшествующими им во времени. Собаки Павлова реагируют (выделяют слюну) на звук колокольчика; люди реагируют почти также на вид и запах рождественской индейки.

Но и в оперантном научении можно ясно увидеть положение реактивности. Оказывается, до тех пор, пока реакции организма не изъявляются «свободно», нельзя предположить, что они проактивно обоснованы. Конечно, когда крыса в «ящике Скиннера» нажимает рычаг, это не свидетельствует о ее внутреннем стремлении выстраивать ориентированное на будущее поведение. Оказывается, оперантные реакции предполагают в большей степени «активную», нежели «проактивную» природу организма. Какой-то стимул, каким бы трудноуловимым он ни был, вызывает все действия индивида, причем большинство этих начальных

стимулов — внешние. Тщательное изучение показывает, что люди в системе Скиннера абсолютно реактивны.

Гомеостаз—гетеростаз. Каждая из двух полярных точек этого континуума относится к природе и свойствам внутренних мотивационных состояний, которые, вероятно, являются причиной поведения. Человек действует, чтобы уменьшить внутреннее напряжение или для личностного роста и самоактуализации. По Скиннеру, не нужно размышлять о свойствах таких гипотетических внутренних состояний, потому что они не имеют отношения к объяснению поведения. Только внешние факторы несут ответственность за поведение. Интересоваться природой мотивов — все равно, что интересоваться, какая энергия внутри дерева заставляет его ветви переплетаться на ветру. Скиннер не признавал этого положения — и гомеостаз, и гетеростаз являются понятиями, неприменимыми в его системе.

Как же тогда Скиннер объяснял целенаправленное поведение? Что заставляет поведение человека меняться, в то время как окружение остается относительно постоянным? Чтобы получить ответы на эти вопросы, Скиннер попросил бы вас изучить свое собственное поведение. Для примера предположим, что вы добровольно приняли участие в исследовании, посвященном питанию, и вас лишили пищи на 48 часов. Если вы похожи на большинство людей, то по завершении исследования вы броситесь домой и съедите все, что попадется. «Менталистический» теоретик, без сомнения, объяснит ваше поведение мотивом голода. Для Скиннера, однако, термин «голод» не имеет смысла, он ничего не обозначает, кроме того, что устанавливает взаимоотношения между группой внешних стимулов и наблюдаемыми реакциями. Голод — просто подходящее слово для описания связи определенных объективный действий (лишение пищи) и появлением определенных реакций (увеличение потребления пищи). Голод как возможное мотивационное состояние не побуждает поведение; обстоятельства, относящиеся к окружению, служат ему причиной. Скиннер не признавал как сами собой разумеющиеся особые свойства (гомеостатические или гетеростатические) таких мотивов.

Познаваемость—непознаваемость. То, что Скиннер строго придерживался положения о детерминизме и объективности, логически требует столь же сильной приверженности положению познаваемости. Он настаивал на том, что поведение определяется внешними, объективными факторами, что эти факторы можно выделить с помощью соответствующим образом поставленного эксперимента и что, следовательно, все поведение (природа) человека, в конечном счете, познаваемо научными методами.

Хотя изучать поведение трудно, Скиннер утверждал, что наука все же может это делать, только исследователям нужно избавиться от мифологического представления, что люди свободны и что существуют внутренние факторы, ответственные за их действия. В сущности, основные положения о природе человека, принимаемые многими учеными, препятствуют им изучать поведение. Чтобы успешно применять научную методологию к человеку, необходимо рассматривать людей как *объективно детерминированных*. Иначе говоря, Скиннер полагал, что истинная наука о поведении появится только в том случае, если другие психологи примут его специфические основные положения о природе человека.

Теперь давайте рассмотрим некоторые эмпирические исследования, иллюстрирующие эту в высшей степени интересную точку зрения.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИЙ ОПЕРАНТНОГО НАУЧЕНИЯ

Это было бы монументальной задачей — хотя бы просто осветить тысячи исследований животных и человека, эмпирически доказывающих валидность бихевиористских принципов оперантного научения. Не в пример другим современным психологам, Скиннер получил огромное количество экспериментальных данных, поддерживающих его концептуальные идеи. Более того, он привлек большую группу последователей, которые продолжили его работу по развитию научно обоснованного подхода к поведению. Несомненно, что бихевиористская точка зрения Скиннера имела большое влияние как на фундаментальные, так и на прикладные аспекты американской психологии. В дальнейшей дискуссии рассматриваются методологические особенности подхода Скиннера к бихевиоральному исследованию и приводятся примеры того, как его принципы были валидизированы в области клинических исследований. Студенты, желающие изучить эти аспекты точки зрения Скиннера более детально, могут познакомиться со следующими работами: «International Handbook of Behavior Modification and Behavior Therapy» [Bellack et al., 1982]; «Dictionary of Behavior Therapy Techniques» [Bellack, Hersen, 1985]; «Behavior Therapy: Techniques and Empirical Findings» [Rimm, Masters, 1979]. «The Journal of the Experimental Analysis of Behavior», «The Journal of Applied Behavior Analysis» и «Behavior Research and Therapy» также публикуют сообщения об экспериментальных исследованиях, посвященных эмпирическим доказательствам и применению скиннеровских концепций к изучению поведения.

Методологическая стратегия Скиннера была совсем не традиционной. Во-первых, как уже было замечено, его экспериментальный анализ поведения был сфокусирован на *единственном субъекте* в противовес более распространенному методу работы с представительной группой субъектов. Эта опора на модель исследования единственного субъекта демонстрирует веру Скиннера в то, что психологическая наука должна, в конечном счете, вести к открытию точных и поддающихся количественному определению закономерностей, применимых к фактически существующему индивидуальному поведению.

Второй чертой, характеризующей методологическую ориентацию Скиннера, была ориентация на максимально автоматизированный эксперимент со строгим контролем условий, при которых оценивается поведение. В типичном экспериментальном исследовании необходимо пройти следующие стадии:

1) установить базисное измерение скорости постоянных реакций (например, суммарную запись спонтанной скорости нажатия рычага крысой);
2) ввести режимную или контролирующую переменную (например, режим подкрепления через строго установленный временной интервал);
3) отказаться от этой переменной после того, как достигнут какой-то уровень реакций, для того, чтобы измерить и определить ее действие на поведение. Любые изменения в оперантном поведении, которые происходят в результате введения режимной переменной, а затем отказа от нее, можно с уверенностью отнести к влиянию этой переменной.

Наконец, необходимо подчеркнуть, что исследование Скиннера сконцентрировано исключительно на переменных, поддающихся изменению или модификации

посредством манипуляции стимулами окружения. Поэтому многие последние исследования, вытекающие из теории Скиннера, подходят к нашему пониманию развития личности.

Жетонная система вознаграждения: пример исследования

Хотя Скиннер не был клиническим психологом, взгляды на оперантное научение, которых он придерживался, в значительной мере повлияли на создание методов изменения поведения очень неуравновешенных индивидов [Kazdin, 1977; Lazarus, Fay, 1984]. Фактически его подход к изменению или модификации поведения создал новое поколение бихевиоральных терапевтов в США.

Бихевиоральная терапия основана на экспериментальных принципах и методах научающе-бихевиоральной теории. Подробное описание этой формы психологической коррекции находится за пределами тематики данной книги (более полную информацию можно найти у Bellack et al., 1982). Однако предпосылка, лежащая в основе применения этой терапии на практике, относительно проста — психические расстройства приобретены в результате ошибочного прошлого научения. Неважно, насколько саморазрушительным или патологическим может быть поведение человека, бихевиоральный терапевт верит в то, что оно есть результат влияния окружения, которое подкрепляет и упрочивает его. Следовательно, задача, стоящая перед бихевиоральным терапевтом, — точно определить то неподходящее поведение («симптомы»), от которого следует избавиться, уточнить желаемое новое поведение и определить режимы подкрепления, которые требуются, чтобы сформировать желаемое поведение. Эти задачи выполнимы при условии создания окружения, в котором достижение человеком «хорошей жизни» делается возможным при соблюдении адаптивного или социально желаемого поведения. Таким образом, бихевиоральная терапия — это логическое расширение принципов классического и оперантного обусловливания, с помощью которых можно эффективно устранить многие виды плохо адаптированного поведения.

Так называемая жетонная система вознаграждения демонстрирует одну из методик, применяемых в бихевиоральной терапии. При жетонной системе вознаграждения люди, обычно госпитализированные взрослые с тяжелыми поведенческими расстройствами, награждаются жетонами (то есть символическими или вторичными подкреплениями) для поощрения различной желаемой деятельности. Жетон — это просто символический заменитель, который делает доступным некоторое количество желаемых вещей (предметов или действий), вроде пластиковой карточки или оценки. Таким образом, индивиды могут быть награждены за участие в такой позитивной деятельности, как уборка своих комнат, самостоятельное питание, завершение рабочего задания или проявление инициативы в разговоре с другими пациентами и обслуживающим персоналом. Жетоны, которые они получают за участие в такой деятельности, затем обмениваются на разнообразные желаемые побудительные стимулы (например, сладости, сигареты, журналы, билеты в кино, разрешение уходить из больницы). В некоторых программах пациенты могут лишаться жетонов за негативное поведение, такое, как провоцирование драк, эксцентричные действия или уклонение от обязанностей.

Насколько эффективна жетонная система вознаграждения в устранении неадаптивного поведения и приобретении здорового, ответственного поведения у

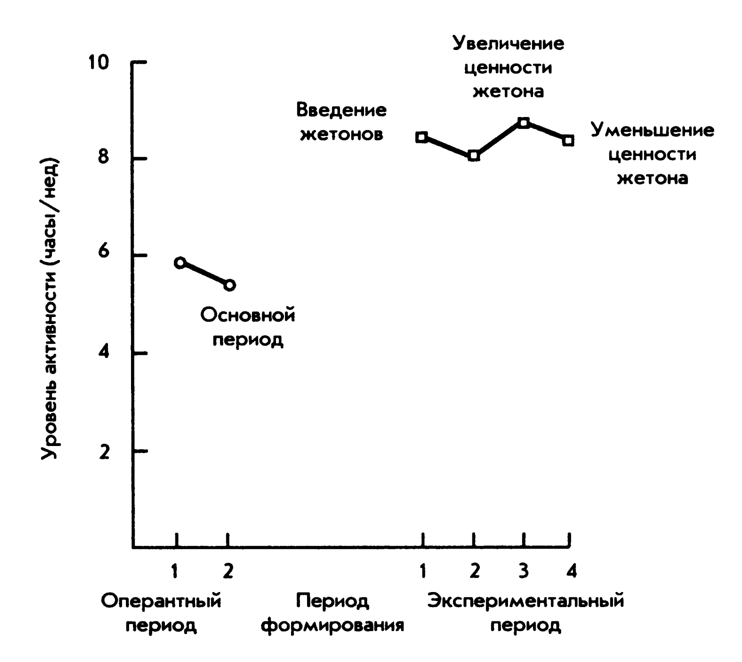


Рис. 7–3. *Участие в групповой деятельности в зависимости от количества жетонов, получаемых за активность.*
(Адаптировано из Atthowe, Krasner, 1968, p. 39)

людей? Исследование, которое провели Этхоу и Краснер [Atthowe, Krasner, 1968], дает весьма обнадеживающий ответ. Эти два клинициста сделали первую попытку учредить программу жетонного подкрепления в психиатрическом отделении Госпиталя для ветеранов. Ее целью было «изменить аберрантное поведение хронически больных, особенно поведение, считающееся апатичным, слишком зависимым, причиняющим ущерб или раздражающим других» [Atthowe, Krasner, 1968, p. 37]. Были обследованы 60 человек, средний возраст — 57 лет, которые в среднем провели в госпиталях 22 года. Большинство из них ранее были диагностированы как хронически больные шизофренией, у остальных был поврежден головной мозг.

Исследование продолжалось в течение 20 месяцев и состояло из трех этапов. Первые шесть месяцев были основным, или оперантным периодом, в течение которого исследователи каждый день регистрировали частоту появления поведения, подлежащего последовательному подавлению. За этим следовал трехмесячный период формирования, когда пациентов информировали о видах деятельности, которой им следовало заниматься, чтобы получить жетон и «реализовать» его в столовой госпиталя. Наконец, в течение экспериментального периода, продолжавшегося 11 месяцев, пациенты получали жетоны за то, что вели себя желаемым образом — обслуживали себя, посещали занятия, общались с другими или проявляли ответственность. Каждый получал жетон сразу после завершения желаемой деятельности, социальное одобрение со стороны персонала выражалось словами «прекрасная работа» или улыбкой.

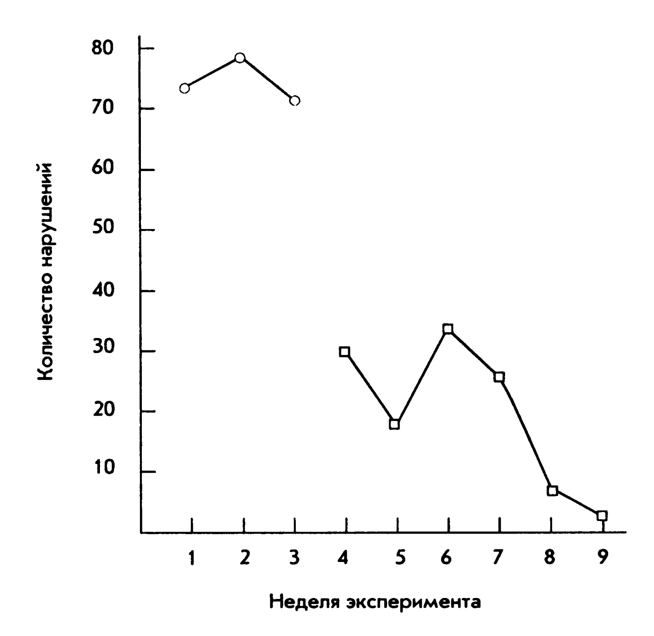


Рис. 7–4. *Число нарушений при выполнении обычных утренних процедур.* (Адаптировано из Atthowe, Krasner, 1968, p. 41).

Анализ результатов показал, что пациенты стали чаще вести себя «нужным» образом, у них повысились инициатива, активность, ответственность и улучшились навыки социального общения. На рис. 7–3, например, показано, как увеличивалось или уменьшалось участие в групповой деятельности в зависимости от уровня жетонного подкрепления. В течение оперантного периода средний недельный коэффициент участия был равен 5,8 ч на каждого пациента. С введением жетонной системы вознаграждения этот коэффициент возрос до 8,4 ч за первый месяц и в среднем составил 8,5 ч в течение всего экспериментального периода. Кроме того, коэффициент возрос до 9,2 ч в те три месяца в пределах экспериментального периода, когда подкрепляющая ценность жетонов возросла от одного до двух жетонов за час участия.

Другие данные, о которых сообщили Этхоу и Краснер, касаются числа нарушений, совершенных пациентами. Обычно многие пациенты в госпитале отказываются утром вставать, умываться или покидать спальню в установленное время, таким образом создавая необходимость в помощи дополнительного персонала. Непосредственно до того, как была введена жетонная система вознаграждения, регистрировалось по одному нарушению в неделю по каждому из этих трех пунктов. В результате в среднем было 75 нарушений (или чуть больше одного на пациента) в неделю. Во время эксперимента жетон выдавали ежедневно, в том случае если не было зарегистрировано нарушения по любому из этих пунктов. Как показано на рис. 7–4, число нарушений снизилось после введения жетонной системы. Исследователи никак не прокомментировали неожиданный рост нарушений (до 39) в течение четвертой недели экспериментальной программы. В тече-

ние последних шести месяцев экспериментального периода частота нарушений в среднем составляла девять за неделю (не указано на рис. 7-4).

Несмотря на впечатляющие результаты, полученные в этом клиническом исследовании, все же не ясно, изменялось ли поведение именно от специфических подкреплений. Например, существует возможность того, что пациенты, участвующие в эксперименте с жетонной системой вознаграждений, просто реагируют на энтузиазм, внимание и ожидания персонала госпиталя. Сторонники бихевиоральной терапии настаивают на том, что такое объяснение не обоснованно и что изменения в поведении пациента являются прямым результатом применения вероятностного метода. Эйлон и Эзрин [Ayllon, Azrin, 1965] безусловно поддерживают эту точку зрения. Они обнаружили, что проявления желаемого поведения прямо зависят от наличия или отсутствия жетонного подкрепления. Основываясь на шести специфических экспериментах с жетонной системой вознаграждений, они пришли к заключению, что желаемое поведение сохранялось «на высоком уровне, пока применялась подкрепляющая методика» [Ayllon, Azrin, 1965, p. 381].

Таким образом, вероятно, можно заключить, что жетонная система вознаграждений может быть использована для закрепления нормального адаптивного поведения у пациентов. Исследования также показали, что при жетонной системе вознаграждений может сократиться срок пребывания пациентов в больнице и уменьшиться коэффициент повторной госпитализации [Curran et al., 1982; Paul, Lentz, 1977]. Далее следует отметить, что жетонная система вознаграждений интенсивно использовалась в различных ситуациях в классе с «нормальными» детьми, делинквентными подростками, людьми, склонными злоупотреблять наркотиками, и умственно отсталыми [Kazdin, Bootzin, 1972; O'Leary, Drabman, 1971]. Наконец, жетонную систему вознаграждений можно использовать, чтобы устранить страх, гиперактивность, агрессивное поведение у детей и уменьшить супружеские разногласия [Kazdin, 1977; Stuart, 1969].

ПРИМЕНЕНИЕ: ЛЕЧЕНИЕ, ОСНОВАННОЕ НА ОПЕРАНТНОМ НАУЧЕНИИ

Сфера возможного применения концепции скиннеровского оперантного научения очень велика. Основные области применения:

- психофармакология или изучение влияния лекарственных препаратов на поведение;
- образовательные технологии, включающие приборы программного обучения и системы управления в классе;
- психолингвистика и формирование вербального поведения;
- промышленный менеджмент, включая удовлетворение работой и отношениями на производстве у служащих;
- терапевтическое лечение психологических проблем (например, алкоголизм, наркомания, умственная отсталость, детский аутизм, фобии, расстройства питания).

В этом разделе мы ограничимся описанием двух методов лечения, которые непосредственно основываются на оперантных принципах: обучение навыкам общения и биологическая обратная связь.

Обучение навыкам общения

Многие люди с аномальным поведением либо не имеют навыков, необходимых для совладания с проблемами повседневной жизни, либо приобрели неправильные навыки и ошибочные паттерны поведения, которые сохраняются с помощью какого-то подкрепления. Бихевиоральные терапевты делают, например, вывод, что некоторые люди не знают, как быть дружелюбными, как вести разговор, как выразить соответствующим образом гнев, как отклонить неразумные просьбы и т. д. Данное социальное несоответствие может привести не только к социальной изоляции, но и к депрессии, тревоге, тенденции получать внимание при помощи губительных или разрушительных действий и к неудаче в попытке обучиться более совершенным навыкам общения [Craighead et al., 1981; Mattson, Ollendick, 1988]. Существование подобных проблем свидетельствует о том, что, вероятно, навыки общения влияют на широкий спектр паттернов психологических реакций. Действительно, люди, имеющие эти проблемы, могут стать непроизводительными членами общества и, в качестве таковых, подрывать его ресурсы. Цена психических и физических страданий, а также чрезмерные финансовые и социальные издержки могут быть для таких людей весьма значительными.

Обучение навыкам общения ставит задачу улучшить межличностные навыки взаимодействия в разнообразных ситуациях реального мира. Особые навыки, которым можно научить, весьма разнятся в зависимости от вида проблем, переживаемых индивидом. Например, предположим, что женщина отвечает на неразумные требования своего босса покорным согласием, которому она научилась в детстве. Терапевт не только постарался бы выявить эти саморазрушительные реакции, но также научил бы ее решительно не уступать таким требованиям. Или, например, чрезвычайно застенчивого студента колледжа, страдающего из-за недостатка значимой для него дружбы, научили бы навыкам общения, необходимым для налаживания возможных дружеских и интимных отношений.

Обучение навыкам общения, подобно другим лечебным методикам, проводится для каждого отдельного индивида, сталкивающегося в определенных ситуациях с определенными проблемами. Не существует «единого метода» обучения социальному общению. Две общие проблемные области, привлекшие особое внимание, это гетеросексуальные интеракции, такие как общение в браке и при ухаживании, и уверенное поведение. Мы остановимся на обучении уверенности в себе.

Обучение уверенности в себе. Бихевиоральные терапевты [Hersen, Bellack, 1985; Kazdin, 1984] полагают, что степень уверенности в себе представляет некую шкалу. На одном ее конце — человек неуверенный. Этот человек сталкивается с трудностями при выражении положительных эмоций по отношению к другим, при беседе с незнакомыми людьми, при необходимости обратиться к кому-либо с просьбой или за советом, ответить отказом на неразумную просьбу и т. д. Этот человек не знает, как начать или закончить разговор, как реагировать должным образом, как выразить раздражение или негодование. На другом конце этой шкалы находится человек агрессивный, чья единственная забота — он сам. Этот человек часто не заботится о правах и привилегиях других, он углублен в себя. Между этими двумя крайностями — уверенный (наученный общению) человек.

Таблица 7–2. **Следующие десять пунктов помогут вам оценить степень вашей уверенности в себе**

Обведите кружком одну из цифр в зависимости от того, насколько данное утверждение подходит к вам. Для некоторых пунктов утвердительный конец шкалы 0, для других 4.

0 — нет или никогда
1 — отчасти или иногда
2 — среднее
3 — обычно или много
4 — практически всегда или всецело

1. Когда человек очень нечестен, вы обращаете его внимание на это?	1	2	3	4	0
2. Вы открыто протестуете, когда кто-то в очереди занимает ваше место?	1	2	3	4	0
3. Вы часто избегаете людей или ситуаций из-за страха почувствовать себя в замешательстве?	1	2	3	4	0
4. Когда продавец старается угодить вам, то вам трудно сказать «нет», даже если товар не совсем такой, как вам хотелось бы?	1	2	3	4	0
5. Если кто-то взял у вас на время деньги (или книгу, одежду, дорогую вещь) и не спешит возвращать, вы напомните ему об этом?	1	2	3	4	0
6. Если кто-то бьет ногой по вашем стулу в кино или на лекции, вы попросите его не делать этого?	1	2	3	4	0
7. Когда вы обнаруживаете, что купили плохой товар, вы возвращаете его?	1	2	3	4	0
3. Если вы не согласны с человеком, которого уважаете, вы можете высказывать свою точку зрения?	1	2	3	4	0
9. Если вас беспокоит, что кто-то курит рядом с вами, вы можете сказать об этом?	1	2	3	4	0
10. Когда вы встречаете незнакомого человека, вы первым представляетесь и начинаете разговор?	1	2	3	4	0

Он ясно и прямо выражает позитивные и негативные чувства, не игнорируя права и чувства других. Уверенный человек отстаивает свои законные права, активно завязывает новые отношения с другими людьми и обычно успешно справляется со сложными и затруднительными ситуациями. Опросник, представленный в табл. 7–2, позволит вам понять, насколько уверенно вы ведете себя в различных ситуациях.

При методе *самоконтроля* клиент делает записи о каких-то разрозненных событиях по мере того, как они происходят. Такая запись позволяет клиенту точно определить случаи социального избегания, бестактности, тревоги или фрустрации. Наиболее общеупотребительная стратегия самоконтроля — ежедневное заполнение журнала домашней работы. Этот журнал важен, так как его можно использовать и как руководство для новых бихевиоральных целей, и как инструмент для оценки успехов клиента в тренировке уверенности.

Обучение уверенности в себе помогает вырабатывать навыки общения путем репетиции поведения и самоконтроля. В методе *репетиции поведения* клиент обучается межличностным навыкам при помощи структурных ролевых игр.

Бекер и соавт. [Becker et al., 1987] рекомендуют составлять каждое подобное упражнение в соответствии со следующими требованиями:

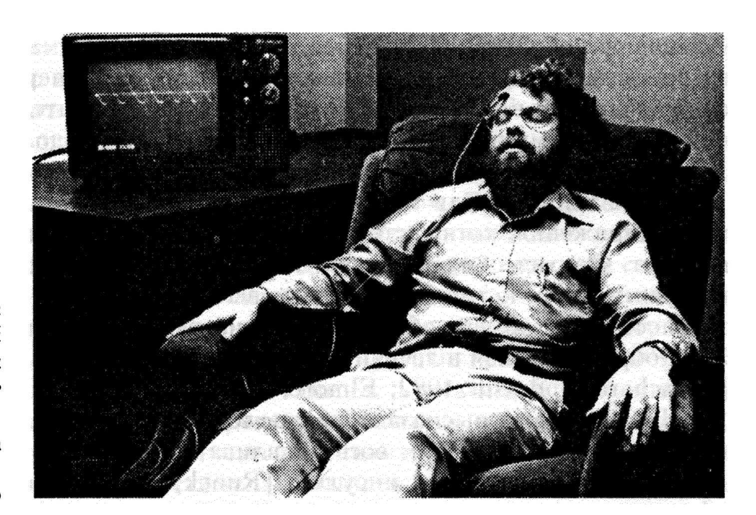
1. Клиенту следует дать точные инструкции о роли, которую он должен представить.
2. Следует показать клиенту желаемое исполнение и затем удостовериться, что клиент отметил характерные аспекты поведения в тренируемой ситуации.
3. Клиент должен исполнить роль, которую он только что наблюдал. Роль нужно представить открыто (в действии) или скрыто (мысленно повторить действие).
4. Следует обеспечить правильную обратную связь с клиентом относительно различных аспектов исполнения, дать новые инструкции и проиллюстрировать навыки, которые необходимо улучшить.
5. Одобрить попытку клиента следовать инструкции и поощрить его на дальнейшие ролевые игры [Becker et al., 1987, p. 42–43].

В конечном итоге, безусловно, клиент опробует вновь приобретенные навыки в реальной жизни. Например, клиент, который боится и стесняется попросить повышения зарплаты, может закрепить необходимые навыки, еще и еще раз проигрывая эту ситуацию с терапевтом или другими членами терапевтической группы. Или, если клиент испытывает трудности в собеседовании при приеме на работу (а он собирается ее искать), терапевт может исполнить роль гипотетического интервьюера. Позже каждый клиент получит «домашнее задание» для того, чтобы применить вновь приобретенные навыки уверенности в себе в ситуациях реальной жизни. Выполненные задания затем рассматриваются на лечебном сеансе: как правило, роль исполняется снова, и терапевт, таким образом, имеет возможность проверить, понимает ли клиент, чего от него ждут.

Как показывает опыт, обучение навыкам общения способно помочь людям преодолеть застенчивость и более успешно отстаивать свои права, когда это необходимо [Pilkonis, Zimbardo, 1979; Twentyman, McFall, 1975]. Такое обучение полезно для людей, которые не могут выразить или проконтролировать гнев [Novaco, 1977]. Очевидно, что обучение навыкам общения положительно влияет на того, кто хочет более эффективно общаться с другими людьми, будь то сосед по комнате, начальник, супруг или родитель. Обучение повышает самоуважение и дает человеку уверенность в достижении социальных и материальных вознаграждений, ведущих к получению большего удовлетворения от жизни.

Биологическая обратная связь

Биологическая обратная связь — это другой способ использования концепции оперантного научения для терапевтического изменения поведения. Здесь применение оперантных принципов позволяет приобрести контроль над непроизвольными функциями тела (такими как частота сердечных сокращений, артериальное давление, мышечное напряжение). Метод биологической обратной связи основан



Этот человек использует процедуру биологической обратной связи, чтобы снизить напряжение лицевых мышц.
(Ken Robert Buck and University Hospital, Boston/ The Picture Cube)

на допущении, что если людям дают четкую информацию (обратную связь) о внутренних физиологических процессах, то они могут научиться сознательно контролировать их.

Многие годы физиологи полагали, что оперантное научение эффективно только для произвольных реакций. Модификация поведения фокусировалась на таких аспектах, как застенчивость, агрессивность, достижение. Терапевтические усилия давали возможность индивидам быть более уверенными и общительными, уменьшить свою агрессию и приобрести лучшие навыки обучения. Полагали, что внутренние показатели, такие как частота сердечных сокращений, секреция желез, электромагнитная активность головного мозга или температура тела, находятся вне области произвольного контроля, так как они регулируются автономной (вегетативной) нервной системой. В конце 1960-х годов, однако, было обнаружено [Miller, 1969, 1974; Kamiya, 1969], что люди могут научиться контролировать эти внутренние процессы с помощью методик оперантного научения.

Чтобы увидеть, как работает биологическая обратная связь, давайте обратимся к *электромиографической (ЭМГ) обратной связи*, предназначенной для достижения глубокой релаксации мышц. Электромиограф — это прибор, используемый для измерения скелетно-мышечного напряжения тела. На типичном сеансе биологической обратной связи клиента присоединяют к прибору с помощью электродов и просят попытаться уменьшить уровень напряжения лобной мышцы. Следует отметить, что клиенту не говорят, как это делать, а только предлагают попробовать. Пока он старается выполнить задание, ЭМГ, регистрируемая электродами, трансформируется в звуковой сигнал — тон, который через громкоговоритель может звучать громче или тише. Терапевт объясняет клиенту, что когда мышечное напряжение возрастает, тон становится громче, когда падает — тише. Следовательно, усиление или ослабление тона («обратная связь») действует как подкрепляющий стимул, так как он содержит информацию об успешности усилий клиента контролировать мышечное напряжение. Как только контроль

установлен, обратная связь через тон постепенно снимается, и он не всегда звучит во время сеанса. Эта методика позволяет клиенту переносить навыки контроля из лаборатории в повседневную жизнь. Предположительно, как только контроль над внутренними процессами хорошо усвоен, он продолжается даже без обратной связи.

Очень многие люди могут научиться лучше контролировать уровень мышечного напряжения, хотя часто они затрудняются объяснить, каким образом это происходит. Фактически, ЭМГ-обратная связь используется при лечении разнообразных симптомов, которые, вероятно, включают трудно уловимую мышечную деятельность. Например, обнадеживающие результаты были получены с помощью ЭМГ-обратной связи в лечении хронической тревоги [Raskin et al., 1981], мигрени [Blanchard, Andrasik, 1982; Elmore, Tursky, 1981] и гипертензии [Lustman, Sowa, 1983]. Было даже высказано предположение, что биологическая обратная связь позволит помогать людям восстанавливать мышечную активность после повреждений позвоночника или инсульта [Runck, 1980]. Идея заключается в том, что обратная связь от записи мышечной активности может быть использована для восстановления деятельности небольшого числа мышц, которые остаются под функциональным контролем неповрежденных нервов. Хотя есть теоретические обоснования подобной возможности, задача осталась нерешенной, несмотря на продолжающиеся исследования.

Средства, с помощью которых биологическая обратная связь позволяет осуществлять контроль над непроизвольными процессами, остаются неясными [Miller, 1974, 1985; Norris, 1987]. Первые сторонники биологической обратной связи возможно делали преувеличенные заявления о ее успехе и потенциальных возможностях в лечении проблем, связанных со стрессом [Roberts, 1985]. По мере проведения более тщательных исследований восторженные отзывы уступили дорогу более осознанному пониманию сложности биологической обратной связи. Во всяком случае, биологическая обратная связь оказалась полезной в клинике, когда использовалась как часть более широкой лечебной стратегии [Budzynski, Stoyva, 1984].

РЕЗЮМЕ

Научающе-бихевиоральный подход к личности, поддержанный Б. Ф. Скиннером, касается открытых действий людей в соответствии с их жизненным опытом. Скиннер утверждал, что поведение детерминировано, предсказуемо и контролируется окружением. Он категорически отвергал идею о внутренних «автономных» факторах в качестве причины действий человека и пренебрегал физиолого-генетическим объяснением поведения.

Скиннер признавал два основных типа поведения: респондентное поведение, как ответ на знакомый стимул, и оперантное поведение, определяемое и контролируемое результатом, следующим за ним. Работа Скиннера сосредоточена почти полностью на оперантном поведении. При оперантном научении организм действует на окружение, производя результат, который влияет на вероятность того, что поведение повторится. Оперантная реакция, за которой следует позитивный результат, стремится повториться, в то время как оперантная реакция, за которой

следует негативный результат, стремится не повторяться. По Скиннеру, поведение наилучшим образом можно понять в терминах реакций на окружение.

Подкрепление — ключевая концепция системы Скиннера. Были описаны четыре различные режима подкрепления, которые имеют своим результатом различные формы реагирования: с постоянным соотношением, с постоянным интервалом, с вариативным соотношением и с вариативным интервалом. Было также проведено различие между первичными, или безусловными, и вторичными, или условными подкрепляющими стимулами. По Скиннеру, вторичные подкрепляющие стимулы (деньги, внимание, одобрение) оказывают сильное влияние на поведение человека. Он также подчеркивал, что поведение контролируется аверсивными стимулами, такими как наказание и негативное подкрепление. Позитивное наказание имеет место, когда за реакцией следует неприятный стимул, а негативное наказание состоит в том, что за реакцией следует устранение приятного стимула. Напротив, негативное подкрепление встречается, когда организму удается ограничить или избежать предъявления аверсивного стимула. Скиннер боролся с использованием аверсивных методов (особенно наказания) в контроле поведения и придавал особое значение контролю посредством позитивного подкрепления.

В оперантном научении генерализация стимула происходит при подкреплении реакции, когда один стимул встречается вместе с другими подобными стимулами. Дискриминация стимулов, с другой стороны, состоит в том, чтобы реагировать по-разному на различные стимулы окружения. И то, и другое обязательно для эффективного функционирования. Метод последовательных приближений, или формирования, включает подкрепление в том случае, когда поведение становится похоже на желаемое. Скиннер утверждал, что вербальное поведение, или язык, приобретается через процесс формирования.

Основные положения Скиннера о природе человека ясны и определенны. Его система отражает строгую приверженность детерминизму, элементализму, инвайронментализму, изменяемости, объективности, реактивности и познаваемости. Основные положения рациональность—иррациональность и гомеостаз—гетеростаз не применимы к позиции Скиннера, так как он отрицал все внутренние источники поведения.

Концепции оперантного научения многократно подвергались экспериментальной проверке. И количество, и разнообразие подобных работ велико. Подход Скиннера к бихевиоральным исследованиям характеризуется изучением одного субъекта, использованием автоматизированного оборудования и четким контролем условий окружения. В качестве иллюстрации было представлено исследование эффективности жетонной системы вознаграждения для получения улучшенных форм поведения в группе госпитализированных психиатрических пациентов.

Современное применение принципов оперантного научения широко. Две основные области такого применения — обучение навыкам общения и биологическая обратная связь. Предполагается, что тренировка уверенности в себе, основанная на методиках репетиции поведения и самоконтроля, очень полезна для того, чтобы люди вели себя более успешно в различных социальных интеракциях. Оказалось, что тренинг с биологической обратной связью эффективен в лечении тревоги, мигрени, мышечного напряжения и гипертензии. Остается, однако, неясным, как биологическая обратная связь фактически позволяет производить контроль над непроизвольными функциями тела.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Основываясь на том, что вы знаете о ранних годах жизни Скиннера, можете вы указать какие-то факторы, подтолкнувшие его к развитию теории поведения человека? Может ли скиннеровское собственное поведение построения теории быть объяснено в терминах подкрепления? Каким образом?
2. Назовите некоторые из основных различий между респондентным и оперантным поведением. Что Скиннер подразумевал под термином *оперант* при рассмотрении научения?
3. Теперь, когда вы познакомились с режимами подкрепления, можете вы определить, как эти различные режимы действуют в вашей собственной жизни? Дайте примеры того, как каждый из режимов подкрепления — с постоянным соотношением, с постоянным интервалом, с переменным соотношением и с переменным интервалом — воздействует на различные аспекты вашего поведения.
4. Приведите примеры, иллюстрирующие, как различается позитивное и негативное наказание. Почему Скиннер выступал против использования наказания как средства устранения нежелательного поведения? Можете вы придумать какие-то обстоятельства, в которых наказание эффективно помогло бы человеку избавиться от неадаптивного поведения?
5. Как Скиннер объяснял процесс приобретения способности говорить на родном языке?
6. В какой мере вы согласны с основными положениями Скиннера о природе человека — его основным представлением о человеке? Если в основном вы согласны, расскажите, каким образом ваши взгляды сказываются на вашей личности, поведении и отношении к жизни.
7. Какие из методик используются в обучении навыкам общения? Как обучение навыкам общения использует принципы оперантного научения, чтобы помощь людям функционировать более успешно в социальной среде?
8. Опишите возможный способ применения биологической обратной связи для лечения гипертензии. Как биологическая обратная связь отражает принципы оперантного научения?
9. В чем взгляд Скиннера на человеческую природу отличается от взглядов других теоретиков, упомянутых в этой книге ранее?

ГЛОССАРИЙ

Безусловная реакция (Unconditioned response). Невыученная реакция, которая автоматически следует за безусловным стимулом.

Биологическая обратная связь (Biofeedback). Тип бихевиоральной терапии, в которой клиент учится контролировать некоторые функции своего организма (например, артериальное давление) при помощи специального оборудования, которое обеспечивает информацию о внутренних процессах тела.

Бихевиоральная терапия (Behavior therapy). Набор терапевтических методик для изменения плохо адаптированного или нездорового поведения посредством применения принципов оперантного научения.

Вторичное подкрепление (Secondary reinforcement). Любой стимул, приобретающий подкрепляющие свойства посредством тесной ассоциации с первичным подкреплением в прошлом научающем опыте организма; также известно как условное подкрепление.

Классическое обусловливание (Classical conditioning). Тип научения, впервые описанный И. П. Павловым, в котором первоначально нейтральный стимул идет в паре со стимулом, естественно вызывающим реакцию, и постепенно приобретает способность вызывать ту же реакцию. Например, ребенок слышит сердитый голос вместе со шлепком и соответственно реагирует на сердитый голос страхом.

Наказание (Punishment). Предъявление аверсивных стимулов, следующее за нежелательным поведением и уменьшающее вероятность повторения такого поведения.

Негативное наказание (Negative punishment). Устранение приятного стимула, следующее за нежелательным поведением.

Негативное подкрепление (Negative reinforcement). Подкрепление, состоящее в устранении неприятного стимула после получения желательной реакции.

Непрерывное подкрепление (Continuous reinforcement). Режим подкрепления, при котором подкрепляется каждый случай желательной или правильной реакции.

Обучение навыкам общения (Social skills training). Методика бихевиоральной терапии, разработанная для улучшения межличностных навыков клиента в интеракциях реальной жизни.

Оперантное научение (Operant conditioning). Форма научения, в которой правильная реакция или изменение поведения подкрепляется и становится более вероятной; также называется инструментальным научением.

Оперантное поведение (Operant behavior). Реакции, свободно изъявляемые организмом, на частоту которых сильно влияет применение различных режимов подкрепления.

Первичное подкрепление (Primary reinforcement). Любое событие или объект, обладающие врожденными подкрепляющими свойствами; также называется безусловным подкреплением.

Подкрепление (Reinforcement). В классическом обусловливании — ассоциация, образующаяся посредством неоднократного объединения условного стимула с безусловным стимулом; в оперантном научении — ассоциация, образующаяся, когда за оперантной реакцией следует подкрепляющий стимул.

Позитивное наказание (Positive punishment). Предъявление аверсивного стимула после реакции.

Позитивное подкрепление (Positive reinforcement). Предъявление приятного стимула после реакции, повышающее вероятность ее повторения.

Прерывистое подкрепление (Intermitted reinforcement). Режим подкрепления, в котором подкрепляющие стимулы применяются к реакциям изредка или прерывисто.

Различительный стимул (Discriminative stimulus). Стимул (сигнал), присутствие которого показывает, что определенная форма поведения будет или не будет вознаграждена.

Режим подкрепления (Schedule of reinforcement). Правило, устанавливающее вероятность, с которой будет происходить подкрепление.

Режим подкрепления с вариативным интервалом (Variable-interval schedule). Режим подкрепления, в котором подкрепление дается после того, как прошло случайное количество времени.

Режим подкрепления с вариативным соотношением (Variable-ratio schedule). Режим подкрепления, в котором подкрепление осуществляется после некоторого количества реакций, но на непредсказуемой основе.

Режим подкрепления с постоянным интервалом (Fixed-interval schedule). Режим подкрепления, в котором подкрепляется первая реакция, происходящая после истечения определенного количества времени.

Режим подкрепления с постоянным соотношением (Fixed-ratio schedule). Режим подкрепления, в котором подкрепляется первая реакция, следующая после определенного числа реакций.

Репетиция поведения (Behavioral rehearsal). Методика тренировки уверенности в себе, в которой клиент учится интерперсональным навыкам в структурных ролевых играх.

Респондентное поведение (Respondent behavior). Специфическая реакция, которая запускается известным стимулом, последний всегда предшествует первой во времени.

Самоконтроль (Self-monitoring). Метод обучения уверенности в себе, при котором клиент систематически ведет журнал социальных событий по мере того, как они происходят.

Тренировка уверенности в себе (Assertiveness trainig). Методика бихевиоральной терапии, используемая, чтобы помочь клиенту стать более успешным в ситуациях межличностного общения.

Угасание (Extinction). Процесс постепенного ослабления и исчезновения условных реакций, которые больше не подкрепляются.

Условная реакция (Conditioned response). Реакция, подобная безусловной реакции, вызываемая ранее нейтральным стимулом.

Условный стимул (Conditioned stimulus). Ранее нейтральный стимул, который приобретает способность вызывать специфические реакции путем многократного связывания с другим стимулом, способным вызывать такие реакции.

Формирование (Shaping). В оперантном научении — подкрепление поведения, все более и более похожего на желательное.

Функциональный анализ (Functional analysis). Установление специфических отношений между поведением организма и условиями окружения, контролирующими его.

Экспериментальный план изучения одного субъекта (Single-subject experimental design). Попытка установить основные законы поведения, изучая влияние одной или более контрольных переменных на специфический компонент поведения одного организма в контролируемом окружении.

Электромиограф (Electromyograph). Специальный прибор, который измеряет мышечную активность и напряжение (используется в биологической обратной связи).

«Ящик Скиннера» (Skinner box). Маленькая экспериментальная камера, которую изобрел Скиннер, чтобы изучать принципы оперантного научения.

БИБЛИОГРАФИЯ

Alberti R. E., Emmons M. L. (1990). Your perfect right: A guide to assertive living (6th ed.). San Luis Obispo, CA: Impact.

American Psychological Association (1977). A chat with Skinner. APA Monitor, 8, 6. American Psychologist, January 1972, 27, 72.

Atthowe J., Krasner L. (1968). Preliminary report on the application of contingent reinforcement procedures (token economy) on a «chronic» psychiatric ward. Journal of Abnormal Psychology, 73, 37–42.

Ayllon T., Azrin N. (1965). The measurement and reinforcement of behavior of psychotics. Journal of the Experimental Analysis of Behavior, 8, 357–384.

Becker R. E., Heimberg R. G., Bellack A. S. (1987). Social skills training treatment for depression. New York: Pergamon Press.

Bellack A. S., Hersen M., Kazdin A. E. (Eds.) (1982). International handbook of behavior modification and behavior therapy. New York: Plenum.

Bellack A. S., Hersen M. (Eds.) (1985). Dictionary of behavior therapy techniques. New York: Pergamon Press.

Blanchard E. B., Andrasik F. (1982). Psychological assessment and treatment of the headache: Recent developments and emerging issues. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 50, 859–879.

Budzynski T. H., Stoyva J. M. (1984). Biofeedback methods in the treatment of anxiety and stress. In R. L. Woolfolk & P. M. Lehrer (Eds.). Principles and practice of stress management. New York: Guilford Press.

Chomsky N. (1972). Language and mind (2nd ed.). New York: Harcourt Brace Jovanovich.

Craighead W. E., Kazdin A. E., Mahoney M. J. (1981). Behavior modification: Principles, issues, and applications. Boston: Houghton Mifflin.

Curran J. P., Monti P. M., Corriveau D. P. (1982). Treatment of schizophrenia. In A. S. Bellack, M. Hersen, & A. E. Kazdin (Eds.). International handbook of behavior modification and behavior therapy. New York: Plenum.
Davis S., Thomas R., Weaver M. (1982). Psychology's contemporary and all-time notables: Student, faculty, chairperson viewpoints. Bulletin of the Psychonomic Society, 20, 3–6.
Dews P. (Ed.) (1970). Festschrift for B. F. Skinner. New York: Appleton-Century-Crofts.
Elmore A. M., Tursky B. (1981). A comparison of two approaches to the treatment of migraine. Headache, 21, 93–101.
Evans R. B. (1968). B. F. Skinner: The man and his ideas. New York: Dutton.
Hersen M., Bellack A. S. (Eds.) (1985). Handbook of clinical behavior therapy with adults (pp. 201–226). New York: Plenum.
Kamiya J. (1969). Operant control of the EEG and some of its reported effects on consciousness. In C. T. Tart (Ed.). Altered states of consciousness. New York: Wiley.
Kazdin A. E. (1977). The token economy: A review and evaluation. New York: Plenum.
Kazdin A. E. (1984). Behavior modification in applied settings. Homewood, IL: Dorsey Press.
Kazdin A. E., Bootzin R. (1972). The token economy: An evaluative review. Journal of Applied Behavior Analysis, 5, 343–372.
Lazarus A. A., Fay A. (1984). Behavior therapy. In T. B. Karasu (Ed.). The psychiatric therapies. Washington, DC: American Psychiatric Association.
Lustman P. J., Sowa C. J. (1983). Comparative efficacy of biofeedback and stress inoculation for stress reduction. Journal of Clinical Psychology, 31, 191–197.
Mattson J. L., Ollendick T. H. (1988). Enhancing children's social skills: Assessment and training. New York: Pergamon Press.
Miller N. E. (1969). Learning of visceral and glandular responses. Science, 163, 434–445.
Miller N. E. (1974). Applications of learning and biofeedback to psychiatry and medicine. In A. M. Freedman, H. I. Kaplan, B. J. Sadock (Eds.), Comprehensive textbook of psychiatry (2nd ed.). Baltimore: William & Wilkins.
Miller N. E. (1985). Rx: Biofeedback. Psychology Today, February, 54–59.
Norris P. (1987). Biofeedback, voluntary control, and human potential. Journal of Biofeedback and Self-Regulation, 11, 1–20.
Novaco R. W. (1977). Stress inoculation: A cognitive therapy for anger and its application to a case of depression. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 45, 600–608.
O'Leary K., Drabman R. (1971). Token reinforcement programs in the classroom. Psychological Bulletin, 75, 379–398.
Paul G. L., Lentz R. J. (1977). Psychosocial treatment of chronic mental patients: Milieu versus social-learning programs. Cambridge, MA: Harvard University Press.
Pilkonis P. A., Zimbardo P. G. (1979). The personal and social dynamics of shyness. In C. E. Izard (Ed.). Emotions in personality and psychopathology. New York: Plenum.
Raskin R., Bali L. R., Peeke H. V. (1981). Muscle biofeedback and meditation: A controlled evaluation of efficacy in the treatment of chronic anxiety. In D. Shapiro, Jr., J. Stoyva, J. Kamiya, T. X. Barber, N. E. Miller, G. E. Schwartz (Eds.), Biofeedback and behavioral medicine 1979/80: Therapeutic applications and experimental foundations. Chicago: Aldine.
Rimm D., Masters J. (1979). Behavior therapy: Techniques and empirical findings (2nd ed.). New York: Academic Press.
Roberts A. A. (1985). Biofeedback: Research, training, and clinical roles. American Psychologist, 40, 938–941.
Runck B. (1980). Biofeedback—Issues in treatment assessment. Rockville, MD: National Institute of Mental Health.
Skinner B. F. (1938). The behavior of organisms: An experimental analysis. New York: Appleton-Century-Crofts.
Skinner B. F. (1948). Walden two. New York: Macmillan.
Skinner B. F. (1953). Science and human behavior. New York: Macmillan.
Skinner B. F. (1956). A case history in scientific method. American Psychologist, 11, 221–233.

Skinner B. F. (1957). Verbal behavior. New York: Appleton-Century-Crofts.
Skinner B. F. (1961). Cumulative record. New York: Appleton-Century-Crofts.
Skinner B. F. (1967). Autobiography of B. F. Skinner. In E. Boring, G. Lindzey (Eds.). History of psychology in autobiography (Vol. 5, pp. 387–413). New York: Appleton-Century-Crofts.
Skinner B. F. (1968). The technology of teaching. New York: Appleton-Century-Crofts.
Skinner B. F. (1969). Contingencies of reinforcement: A theoretical analysis. New York: Appleton-Century-Crofts.
Skinner B. F. (1971). Beyond freedom and dignity. New York: Knopf.
Skinner B. F. (1974). About behaviorism. New York: Knopf.
Skinner B. F. (1976). Particulars of my life. New York: Knopf.
Skinner B. F. (1977). Why I am not a cognitive psychologist. Behaviorism, 5, 1–10.
Skinner B. F. (1978). Reflections on behaviorism and society. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Skinner B. F. (1979). The shaping of a behaviorist. New York: Knopf.
Skinner B. F. (1983). A matter of consequences. New York: Knopf.
Skinner B. F. (1987). Upon further reflection. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Skinner B. F. (1989). The origins of cognitive thought. American Psychologist, 44, 13–18.
Skinner B. F., Ferster C. B. (1957). Schedules of reinforcement. New York: Appleton-Century-Crofts.
Skinner B. F., Vaughan M. E. (1983). Enjoy old age. New York: Norton.
Stuart R. (1969). Operant-interpersonal treatment for marital discord. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33, 675–682.
Twentyman C. T., McFall R. M. (1975). Behavioral training of social skills in shy males. Journal of Consulting and Clinical Psychology 43, 384–395.
Watson J., Rayner R. (1920). Conditioned emotional reactions. Journal of Experimental Psychology, 3, 1–14.
Williams C. (1959). The elimination of tantrum behavior by extinction procedures. Journal of Abnormal and Social Psychology, 59, 269.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Axelrod S., Apsche J. (1983). The effects of punishment on human behavior. New York: Academic Press.
Domjan M., Burkhard B. (1986). The principles of learning and behavior. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
Skinner B. F. (1982). Notebooks. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Skinner B. F. (1987). Whatever happened to psychology as the science of behavior. American Psychologist, 42, 780–786.
Watson D. L., Tharp R. G. (1989). Self-directed behavior: Self-modification for personal adjustment. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Глава 8

СОЦИАЛЬНО-КОГНИТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ: АЛЬБЕРТ БАНДУРА И ДЖУЛИАН РОТТЕР

Трудно преувеличить то влияние, которое основные принципы теории научения оказали на психологию и теорию личности. Концепции классического и оперантного научения, описанные в главе 7, предоставляют мощный инструмент для объяснения того, как формы поведения приобретаются, сохраняются и модифицируются в результате научающего прошлого опыта индивида. В последние десятилетия, однако, персонологи начали выдвигать предположения, что поведение человека регулируется сложными взаимодействиями между внутренними явлениями (включая веру, ожидания, самовосприятие) и факторами окружения. Кульминацией таких рассуждений, являющихся развитием в различных направлениях взглядов классических бихевиористов, можно назвать *социально-когнитивное направление*. Особенности этого направления наиболее отчетливо представлены в работах двух выдающихся персонологов — Альберта Бандуры и Джулиана Роттера. Теория каждого из них значительно отличается от радикального бихевиоризма Скиннера, но сохраняет строгую научную и экспериментальную методологию, которая характеризует бихевиористский подход.

Бандура полагает, что психическое функционирование лучше понимать в терминах непрерывного взаимодействия между факторами поведенческими, когнитивными и средовыми. Это означает, что поведение, личностные аспекты и социальные воздействия — это взаимозависимые детерминанты, то есть на поведение влияет окружение, но люди также играют активную роль в создании

социальной окружающей среды и других обстоятельств, которые возникают в их каждодневных транзакциях. Эта точка зрения крайне отличается от подхода Скиннера, который ограничивает объяснение поведения человека до двухфакторной односторонней модели, в которой внешние события служат единственной причиной поведения. В отличие от Скиннера, который почти всегда рассматривал научение посредством прямого опыта, Бандура делает основной акцент на роли научения через наблюдение в приобретении навыков поведения. Действительно, наиболее отличительной чертой социально-когнитивной теории Бандуры является убеждение в том, что в основном поведение человека формируется через наблюдение или на основе примеров.

> Люди развили повышенную способность научения через наблюдение, что позволяет им расширить свои знания и навыки на основе информации, переданной путем моделирования. Действительно, в сущности, все феномены научения через прямой опыт могут появиться косвенно при наблюдении за поведением людей и его результатами [Bandura, 1989a, p. 14–15].

Бандура также подчеркивает важность самостоятельных воздействий как причинного фактора во всех аспектах функционирования человека — мотивации, эмоции и действиях. Это наиболее очевидно в его концепции самоэффективности — положения о том, что человек может научиться контролировать события, влияющие на его жизнь. Большая часть этой главы посвящена социально-когнитивному направлению, разрабатываемому Бандурой.

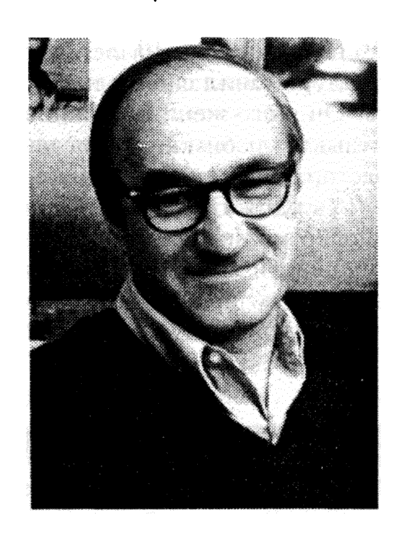
Джулиан Роттер — другой персонолог, который подчеркивал роль социальных и познавательных переменных в понимании личности. Как и Бандура, он полагает, что люди — активные участники событий, влияющих на их жизнь. Специфический аспект работы Роттера, который привлекает особое внимание — концепция локуса контроля. Другие важные концепции его теории социального научения (например, потенциал поведения, ожидание, ценность подкрепления и психологическая ситуация) будут кратко обсуждены позже. А теперь обратимся к биографии Альберта Бандуры.

АЛЬБЕРТ БАНДУРА: СОЦИАЛЬНО-КОГНИТИВНАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Альберт Бандура (Albert Bandura) родился в маленьком городе в провинции Альберта, Канада, в 1925 году. Сын фермера, поляка по происхождению, он посещал объединенную начальную и среднюю школу, в которой было только 20 учеников и два учителя. Вынужденный заниматься самообразованием, как и его одноклассники, Бандура вспоминает, что фактически каждый выпускник сделал успешную профессиональную карьеру. Летом он ремонтировал автомагистрали на необжитом Юконе. Опубликовано очень мало сведений о его детстве.

После средней школы Бандура посещал Университет провинции Британская Колумбия в Ванкувере, где получил степень бакалавра гуманитарных наук в 1949 году. После этого он продолжал обучение в Университете Айовы, где получил в 1951 году степень магистра гуманитарных наук и в 1952 году — степень



Альберт Бандура (род. 1925).

доктора философии. Затем он прошел годовую клиническую интернатуру в Консультативном центре Уичиты, штат Канзас, и занял пост на факультете психологии в Стэнфордском университете.

На протяжении своей профессиональной деятельности Бандура активно занимался развитием социально-когнитивного подхода к изучению и пониманию личности. Он опубликовал несколько книг и бесчисленное множество научных статей, сделав огромный вклад в развитие гуманитарных наук. Его ранние книги «Подростковая агрессия» (1959) и «Социальное научение и развитие личности» (1963) были написаны в соавторстве с Ричардом Уолтерсом (Richard Walters), его первым студентом после получения степени доктора философии. Затем он опубликовал «Принципы модификации поведения» (1969), обширный обзор психосоциальных принципов, которые регулируют поведение. В 1969 году Бандура был назван действительным членом Центра углубленного изучения поведенческих наук в Стэнфордском университете. В это время он пишет книгу «Агрессия: анализ с позиции социального научения» (1973) и по собственному желанию работает над изучением субкультуры ежедневных волейбольных игр сотрудников Центра. Он также опубликовал работу под названием «Теория социального научения» (1971), краткое толкование ключевых концепций, которые помогают объяснить поведение. В двух своих недавних книгах «Социальная теория научения» (1977b) и «Социальные основы мышления и поведения» (1986) Бандура дает обзор современных теоретических и экспериментальных достижений, касающихся социально-познавательной модели личности.

Заслуги Бандуры в области развития психологии были высоко оценены. Он был избран президентом Американской психологической ассоциации в 1973 году. В 1980 году он получил награду Американской психологической ассоциации за выдающиеся научные достижения и за «новаторские эксперименты во многих направлениях, включая нравственное развитие, научение через наблюдение, овладение страхом, лечебные стратегии, самоконтроль... процессы самоотношения и когнитивную регуляцию поведения... Его бодрость, сердечность и личный пример вдохновили многих его студентов на активную деятельность» [American Psychologist, 1981, p. 27].

После почти 40 лет преподавательской и исследовательской деятельности Бандура занял специально для него созданный пост в Стэнфордском университете. Он и его жена Вирджиния получают наслаждение от оперы и симфонической музыки, любимое развлечение в пятницу — посещение одного из прекрасных ресторанов Сан-Франциско. Бандура также любит прогулки в горах Сьерры.

Сегодня Бандура — ведущий социально-когнитивный теоретик, признанный пионер модификации поведения и ведущий авторитет в том, что касается агрессивности и полоролевого развития. Его суждения имеют большое влияние на современную психологию, особенно в клинической и исследовательской областях, поэтому он заслуживает нашего особого внимания.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ СОЦИАЛЬНО-КОГНИТИВНОЙ ТЕОРИИ

Мы начинаем наше изучение социально-когнитивной теории Бандуры с его оценки того, как другие теории объясняют причины поведения человека. Таким образом, мы можем сравнить его точку зрения на человека с другими.

За пределами внутренних сил

Бандура отмечает, что до недавнего времени наиболее общим положением, популяризованным различными психодинамическими доктринами, было убеждение в том, что поведение человека зависит от целого ряда внутренних процессов (например, влечений, побуждений, потребностей), часто действующих на уровне ниже порога сознания [Bandura, 1989b]. Хотя эта точка зрения широко распространилась не только среди профессионалов, вопрос о ее концептуальной и эмпирической основе все еще остается открытым. Бандура описывал концептуальные ограничения подобных теорий следующим образом.

> О внутренних детерминантах часто делали вывод, исходя из поведения, которому они, предположительно, были причиной, и в результате под видом объяснения давались описания. Наличие импульсов враждебности, например, выводилось из вспышки гнева, которая затем объяснялась действием этого лежащего в ее основе импульса. Подобным же образом существование мотивов достижения выводилось из поведения, направленного на достижение; мотивы зависимости — из зависимого поведения; мотивы любопытства — из любознательного поведения; мотивы власти — из доминирующего поведения и так далее. Не было ограничения числу мотивов, которые можно было найти, выводя их из того поведения, которое они предположительно вызывали [Bandura, 1977b, p. 2].

Вдобавок к этому, психодинамические теории пренебрегали огромной сложностью и разнообразием реакций человека. С точки зрения Бандуры, внутренняя реальность, состоящая из влечений и мотивов, просто не может объяснить явные колебания частоты и силы данного поведения в различных ситуациях по отношению к различным людям в различных социальных ролях. Можно сравнить, как мать реагирует на ребенка дома в разные дни, как она реагирует на свою дочь в отличие от сына в сравнимой ситуации и как она реагирует на ребенка в присутствии своего мужа и без него. Все это является темой для размышления. Эмпири-

ческую адекватность психодинамических формулировок тоже можно подвергнуть сомнению. Боясь чрезмерного упрощения, персонологи-экспериментаторы заявляют, что, хотя влечения и мотивы могут дать готовое объяснение событий уже происшедших, они бессильны предсказать, как люди будут вести себя в конкретной ситуации [Mischel, Peake, 1982]. Поэтому, в конце концов, стало очевидным, что, если мы хотим усовершенствовать наше понимание поведения человека, мы обязательно должны усовершенствовать нашу систему объяснений (теорию) и с концептуальной, и с эмпирической точки зрения.

Бихевиоризм изнутри

Достижения в области теории научения переместили фокус причинного анализа с гипотетических внутренних сил на влияние окружения (например, оперантное научение Скиннера). С этой точки зрения, поведение человека объясняется в терминах социальных стимулов, которые вызывают его, и подкрепляющих последствий, которые сохраняют его. Но, по мнению Бандуры, объяснять поведение таким образом — значит выплескивать вместе с водой ребенка [Bandura, 1989b]. Внутренним «ребенком», о котором следует помнить, для Бандуры были самостоятельные познавательные процессы. Другими словами, радикальный бихевиоризм отрицал детерминанты поведения человека, возникающие из внутренних когнитивных процессов. Для Бандуры индивиды не являются ни автономными системами, ни простыми механическими передатчиками, оживляющими влияния окружения — они обладают высшими способностями, которые позволяют им предсказывать появление событий и создавать средства для осуществления контроля над тем, что влияет на их повседневную жизнь. Учитывая, что традиционные теории поведения могли быть неверными, это давало скорее неполное, чем неточное объяснение поведению человека.

С точки зрения Бандуры, люди не управляются интрапсихическими силами и не реагируют на окружение. Причины функционирования человека нужно понимать в терминах непрерывного взаимодействия поведения, познавательной сферы и окружения. Данный подход к анализу причин поведения, который Бандура обозначил как *взаимный детерминизм*, подразумевает, что факторы предрасположенности и ситуационные факторы являются взаимозависимыми причинами поведения (рис. 8–1). Проще говоря, внутренние детерминанты поведения, такие как вера и ожидание, и внешние детерминанты, такие как поощрение и наказание, являются частью системы взаимодействующих влияний, которые действуют не только на поведение, но также на различные части системы.

Разработанная Бандурой модель-триада взаимного детерминизма показывает, что хотя на поведение влияет окружение, оно также частично является продуктом деятельности человека, то есть люди могут оказывать какое-то влияние на собственное поведение. Например, грубое поведение человека на званом вечере может привести к тому, что действия окружающих его людей будут, скорее, наказанием, а не поощрением для него. И напротив, дружелюбный человек на том же самом вечере может создать окружение, в котором для него будет достаточно поощрения и мало наказания. Во всяком случае, поведение изменяет окружение. Бандура также утверждал, что благодаря своей необычайной способности использовать символы

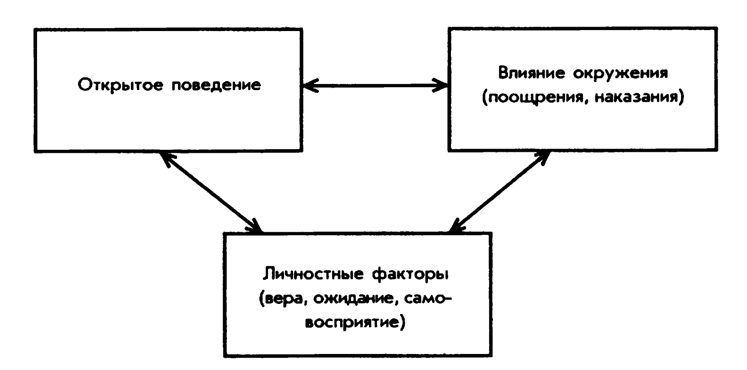


Рис. 8–1. *Схематическое представление модели взаимного детерминизма Бандуры. Функционирование человека рассматривается как продукт взаимодействия поведения, личностных факторов и влияния окружения.*
(Адаптировано из Bandura, 1989a)

люди могут думать, творить и планировать, то есть они способны к познавательным процессам, которые постоянно проявляются через открытые действия.

Заметим, что стрелки на рис. 8–1 указывают в обе стороны, а это значит, что каждая из трех переменных в модели взаимного детерминизма способна влиять на другую переменную. Но как мы можем предсказать, какой из трех компонентов системы будет влиять на другие? Это в основном зависит от силы каждой из переменных. Иногда наиболее сильны влияния внешнего окружения, иногда доминируют внутренние силы, а иногда ожидание, вера, цели и намерения формируют и направляют поведение. В конечном итоге, однако, Бандура полагает, что по причине двойной направленности взаимодействия между открытым поведением и окружающими обстоятельствами люди являются и продуктом, и производителем своего окружения. Таким образом, социально-когнитивная теория описывает модель взаимной причинности, в которой познавательные, аффективные и другие личностные факторы и события окружения работают как взаимозависимые детерминанты.

Вне подкрепления

Какие факторы позволяют людям учиться? Современные теоретики научения делают акцент на подкреплении как на необходимом условии для приобретения, сохранения и модификации поведения. Скиннер, например, утверждал, что внешнее подкрепление обязательно для научения. А Бандура, хотя и признает важность внешнего подкрепления, не рассматривает его как единственный способ, при помощи которого приобретается, сохраняется или изменяется наше поведение. Люди могут учиться наблюдая или читая, или слыша о поведении других людей. В результате предыдущего опыта люди могут ожидать, что определенное поведение будет иметь последствия, которые они ценят, другое — произведет нежелательный результат, а третье — окажется малоэффективным. Наше поведение, следовательно, регулируется в значительной мере *предвиденными последствиями*

[Bandura, 1989a]. Например, в качестве владельцев дома мы не ждем, пока дом сгорит, чтобы застраховать его от пожара. Напротив, мы полагаемся на полученную от других информацию о роковых последствиях отсутствия пожарной страховки и приходим к решению приобрести ее. Точно так же, пускаясь в рискованное путешествие по дикой местности, мы не ждем, пока нас застигнет снежная вьюга или проливной дождь, а сразу одеваемся по-походному. В каждом случае мы можем заранее вообразить последствия неадекватной подготовки и принимаем необходимые меры предосторожности. Посредством нашей способности представлять действительный исход символически будущие последствия можно перевести в сиюминутные побудительные факторы, которые влияют на поведение во многом так же, как и потенциальные последствия. Наши высшие психические процессы дают нам способность предвидения [Bandura, 1989c].

В центре социально-когнитивной теории лежит положение о том, что новые формы поведения можно приобрести *в отсутствие внешнего подкрепления*. Бандура отмечает, что многое в поведении, которое мы демонстрируем, приобретается посредством примера: мы просто наблюдаем, что делают другие, а затем повторяем их действия. Этот акцент на *научении через наблюдение* или пример, а не на прямом подкреплении, является наиболее характерной чертой теории Бандуры.

Саморегуляция и познание в поведении

Другой характерной чертой социально-когнитивной теории является выдающаяся роль, которую она отводит уникальной способности человека к *саморегуляции*. Устраивая свое непосредственное окружение, обеспечивая когнитивную поддержку и осознавая последствия своих собственных действий, люди способны оказывать некоторое влияние на свое поведение. Разумеется, функции саморегуляции создаются и не так уж редко поддерживаются влиянием окружения. Таким образом, они имеют внешнее происхождение, однако не следует преуменьшать тот факт, что однажды установившись, внутренние влияния частично регулируют то, какие действия выполняет человек. Далее, Бандура утверждает, что высшие интеллектуальные способности, например способность оперировать символами, дают нам мощное средство воздействия на наше окружение. Посредством *вербальных* и *образных репрезентаций* мы производим и сохраняем опыт таким образом, что он служит ориентиром для будущего поведения. Наша способность формировать образы желаемых будущих результатов выливается в бихевиоральные стратегии, направленные на то, чтобы вести нас к отдаленным целям. Используя способность к оперированию символами, мы можем решать проблемы, не обращаясь к действительному, открытому поведению проб и ошибок, можем, таким образом, предвидеть вероятные последствия различных действий и соответственно изменять наше поведение. Представим себе ребенка, который знает, что если он разобьет любимую игрушку младшей сестры, то она будет плакать, заставляя тем самым маму волноваться, будет обвинять того, кто разбил игрушку, создавая необходимость его наказать. Представив возможные последствия, ребенок предпочтет играть своими игрушками, чтобы избежать родительского гнева и сохранить позитивное одобряющее поведение матери. Короче говоря, способность ребенка предвидеть последствия различных действий позволяет ему вести себя соответствующим образом.

Теперь давайте рассмотрим, какие виды научения через наблюдение, с точки зрения Бандуры, являются центральными по отношению к этим аспектам поведения человека.

НАУЧЕНИЕ ЧЕРЕЗ МОДЕЛИРОВАНИЕ

Научение было бы довольно утомительным, если не сказать неэффективным и потенциально опасным, если бы зависело исключительно от результата наших собственных действий. Предположим, автомобилист должен был бы полагаться только на непосредственные последствия (например, столкновение с другим автомобилем, наезд на ребенка) для того, чтобы научиться не ехать на красный свет в час пик. К счастью, вербальная передача информации и наблюдение соответствующих моделей (например, других людей) обеспечивает основу для приобретения наиболее сложных форм поведения человека. Действительно, Бандура устанавливает, что фактически все феномены научения, приобретаемые в результате прямого опыта, могут формироваться косвенно, путем наблюдения за поведением других людей и его последствиями [Bandura,1986]. Нам не нужно самим умирать от рака,чтобы понять, какие эмоциональные изменения он вызывает, так как мы видели других, пораженных этой болезнью, читали сообщения об их смерти и были свидетелями драматической борьбы с раком. Таким образом, игнорировать роль научения через наблюдение в приобретении новых поведенческих паттернов — значит игнорировать уникальные способности человека.

Каждый из нас имел опыт борьбы с какой-либо проблемой и обнаруживал, что она становится до смешного легкой, если кто-то раньше уже решил ее. Фактор наблюдения — это ключ к проблеме. Наблюдая, дети учатся — неважно, доставляет это им удовольствие или нет — делать повседневную домашнюю работу или играть в определенные игры. Также через наблюдение они могут научиться быть агрессивными, альтруистичными, отзывчивыми или даже несносными. Во многих случаях необходимо учиться моделируемому поведению именно таким образом, как оно выполняется. Езда на велосипеде, катание на роликовой доске, печатание на машинке и лечение зубов, например, позволяют очень мало, если вообще позволяют, отойти от существующей практики. Однако в дополнение к передаче специфических форм путем моделирования можно выстроить новое поведение. Если малышка научилась делиться своим бобовым желе с куклой, ей будет нетрудно поделиться игрушками со сверстниками, оказать внимание маленькому брату, помочь маме по хозяйству и, когда-нибудь позже, приходя в церковь, жертвовать деньги менее счастливым людям, которых она никогда не видела. При помощи процессов моделирования наблюдатели извлекают общие черты из, казалось бы, разных реакций и формулируют правила поведения, дающие им возможность идти дальше того, что они уже видели или слышали. Действительно, научение через наблюдение может привести к стилю поведения, довольно отличающемуся от того, что человек наблюдал в действительности.

С точки зрения Бандуры, люди формируют когнитивный образ определенной поведенческой реакции через наблюдение поведения модели, и далее эта закодированная информация (хранящаяся в долговременной памяти) служит ориентиром в их действиях. Он полагал, что люди избавлены от груза ненужных ошибок и

траты времени на формирование соответствующих реакций, так как они могут, по крайней мере приблизительно, научиться чему-то на примере. Таким образом, например, человек, который внимательно наблюдал за опытным теннисистом, будет иметь мысленный образ хорошей подачи мяча. Когда он учится подавать мяч, то объединяет свою попытку с мысленным образом подачи мяча специалистом.

Основные процессы научения через наблюдение

Социально-когнитивная теория предполагает, что моделирование влияет на научение главным образом через его информативную функцию [Bandura, 1986]. То есть во время показа образца наблюдатели (обучаемые) приобретают в основном символические образы моделируемой деятельности, которая служит прототипом для соответствующего и несоответствующего поведения. Согласно этой схеме, представленной в табл. 8–1, научение через наблюдение регулируется четырьмя взаимосвязанными компонентами: *внимание*, *сохранение*, *моторно-репродуктивные* и *мотивационные процессы*. Рассматриваемое таким образом, научение через наблюдение представляет собой активный критический и конструктивный процесс. Четыре процесса, выделенные Бандурой [Bandura, 1986, 1989a], рассматриваются ниже.

Процессы внимания: понимание модели. Человек может научиться многому через наблюдение, если он обратит внимание на характерные черты поведения модели и правильно поймет их. Другими словами, человеку недостаточно просто видеть модель и то, что она делает: скорее индивид должен тщательно выбрать, на что следует обратить внимание, чтобы извлечь релевантную информацию для использования в имитации модели. Процессы внимания, следовательно, влияют на то, что выборочно постигается в модели, к которой человек обращается, и на то, что приобретается в результате наблюдения. Любой профессор может подтвердить, что присутствие студента в классе ни в коей мере не гарантирует, что студент усваивает учебный материал. Весенняя лихорадка, жуткий холод, духота в помещении, вечеринка накануне, мечты и несметное число других факторов могут быть причиной того, что студент потерял ход мыслей (или даже не находил его), тем самым искажая процесс научения.

Таблица 8–1. **Компоненты научения через наблюдение**

Процессы внимания	Процессы сохранения	Моторо-репродуктивные процессы	Мотивационные процессы
Человек следит за поведением модели и точно воспринимает это поведение	Человек помнит (долговременное сохранение) поведение модели, наблюдаемое ранее	Человек переводит закодированные в символах воспоминания о поведении модели в новую форму ответа	Если позитивное подкрепление (внешнее, косвенное или самоподкрепление) потенциально присутствует, человек совершает моделируемое поведение

Источник: адаптировано из Bandura, 1989a.



Моделирование — сущность научения через наблюдение. Маленькие дети часто подражают взрослым, особенно своим родителям и другим, кого они любят и уважают.
(Suzanne Szaszs/Photo Researches)

Определенные факторы, одни из которых включают наблюдателя, другие — моделируемую деятельность, а третьи — структурное оформление взаимодействий человека, могут в большой степени повлиять на вероятность того, что какая-то часть наблюдаемого поведения будет усвоена наблюдателем и закодирована в долговременной памяти. Бандура [Bandura, 1969a] показывает, что среди детерминант внимания, влияющих на моделирование, *ассоциативные модели* являются наиболее важными. Люди, с которыми мы регулярно общаемся, определяют типы поведения, которое можно наблюдать и, следовательно, изучить наиболее полно. Возможности для научения альтруистическому поведению, например, у члена уличной банды существенно отличаются от таковых у члена религиозной группы. Подобным образом, возможно, внутри любой социальной группы есть люди, которые привлекают к себе большее внимание, чем другие, благодаря своей власти, статусу и принятой роли. Функциональная ценность, соответствующая поведению, представленному различными моделями (то есть получило поведение данной модели поощрение или наказание), оказывает существенное влияние на выбор тех моделей, которым человек будет подражать, и тех, которые он будет игнорировать. Внимание к модели также регулируется ее личной привлекательностью. Обычно ищут модели, олицетворяющие харизматические качества, в то время как тех, кто демонстрирует неприятные качества, обычно не замечают или отвергают. Тот факт, что многие чернокожие и испаноговорящие подростки в США глумятся над ценностями среднего класса белых, иллюстрирует эту истину.

Модели, представленные высококомпетентными людьми, признанными специалистами, знаменитостями или суперзвездами, вероятно, должны привлекать большее внимание, чем модели, лишенные этих качеств. Рекламодатели, предлагающие товар, начиная от обуви и кончая предметами женской гигиены, наживают капитал на этой идее, используя телевизионных ведущих, спортивных звезд и финансовых воротил в рекламе своих товаров. Другие переменные, которые особенно важны на этой стадии, — это собственные способности и мотивы наблюдателя. Например, если наблюдатель-мужчина обращает внимание на физическую привлекательность мо-

дели-женщины, он будет особенно пристально наблюдать за тем, что она делает. По существу, любой набор характеристик, который превращает наблюдение за моделью в течение длительного времени в поощрение, увеличивает вероятность проявления внимания к модели и, следовательно, вероятность моделирования.

Процессы сохранения: запоминание модели. Второй набор процессов, вовлеченных в научение через наблюдение, касается долговременной репрезентации в памяти того, что наблюдалось когда-то [Zimmerman, Rosenthal, 1974]. Попросту говоря, наблюдение за поведением модели не будет эффективным, если человек не запомнит ее. Действительно, не имея возможности вспомнить, что делала модель, наблюдатель едва ли продемонстрирует стойкое изменение поведения.

Бандура предлагает две основные внутренние репрезентативные системы, с помощью которых поведение модели сохраняется в памяти и превращается потом в действие. Первая — *образное кодирование*. По мере того как человек наблюдает модельные стимулы, в процессе сенсорного научения возникают относительно стойкие и легко воспроизводимые образы того, что было увидено. Мысленные образы формируются так, что любая ссылка на события, наблюдаемые ранее, сразу вызывает живой образ или картину физических стимулов. Бандура предполагает, что это повседневный феномен, и объясняет им способность человека «видеть» образ друга, с которым он обедал на прошлой неделе или образ деятельности (езда на велосипеде, игра в гольф, плавание под парусом), которой он был занят прошлым летом. Следует отметить, что визуальные образы играют решающую роль в научении через наблюдение на ранних стадиях развития, когда отсутствуют лингвистические навыки, а также в научении паттернам поведения, которые не поддаются вербальному кодированию.

Вторая репрезентативная система заключается в *вербальном кодировании* ранее наблюдаемых событий. Наблюдая модель, человек может повторять про себя, что она делает. Эти невокализованные речевые описания (коды) позже могут внутренне повторяться без открытого выстраивания поведения; например, человек может мысленно «проговорить», что надо сделать, чтобы улучшить сложные моторные навыки (например, спуск с горы на лыжах). Фактически человек молча повторяет последовательность выполнения моделируемой деятельности, которой надо будет заниматься позже, и когда он захочет воспроизвести этот навык, вербальный код даст соответствующий сигнал. Бандура утверждает, что такие вербальные коды в большой степени способствуют научению через наблюдение, потому что они несут значительную информацию, накопленную ранее.

Моторно-репродуктивные процессы: перевод памяти в поведение. Третий компонент научения через наблюдение — это перевод информации, *символически закодированной в памяти* в соответствующие действия. Несмотря на то, что человек тщательно формирует и сохраняет мысленные образы поведения модели и повторяет в уме это поведение множество раз, может оказаться, что он все-таки будет не в состоянии выстроить поведение правильно. Это особенно справедливо для сложных моторных действий, которые требуют последовательного вовлечения многих отдельных реакций для их мастерского выполнения (например, гимнастические упражнения, игра на музыкальных инструментах, управление самолетом). Этим точно сбалансированным движениям можно учиться, наблюдая за кем-то (возможно, с помощью замедленного аудиовизуального воспроизведения)

и символически воспроизводя поведение модели несколько раз, но в действительности поначалу это поведение может быть неуклюжим и плохо скоординированным. В таких случаях недостаточно простого наблюдения, чтобы гладко и точно выполнить действие. Постоянная практика в выполнении последовательности движений (и коррекция на основе информативной обратной связи) имеет большое значение, если наблюдатель хочет совершенствовать моделируемое поведение. Конечно, и в этом случае наблюдение и намеренный повтор в уме определенного поведения будут способствовать научению, так как можно по крайней мере начать выполнять необходимые движения, основанные на том, что наблюдалось ранее. Такой молчаливый повтор полезен, например, при вождении автомобиля, но не принесет пользы при более сложных движениях, таких как прыжки с 10-метровой вышки.

Мотивационные процессы: от наблюдения к действию. Четвертый и последний компонент моделирования касается переменных *подкрепления*. Эти переменные влияют на научение через наблюдение посредством контроля сигналов моделирования, на которые человек скорее всего обратит внимание, а также интенсивности, с которой он попытается перевести такое научение в открытое выполнение.

Бандура подчеркивает, что неважно, насколько хорошо люди следят за моделируемым поведением и сохраняют его, и каковы их способности для выстраивания поведения — они не будут этого делать без достаточного стимула. Другими словами, человек может приобрести и сохранить навыки, даже обладать способностями для искусного выстраивания моделируемого поведения, но научение редко можно превратить в открытое выполнение, если оно принято негативно. Женщина, рассматривающая себя как «королеву кухни», может не допускать мужа к приготовлению пищи, несмотря на то, что он разговаривает с ней по вечерам, когда она готовит еду. Он всецело полагается на ее кулинарные способности до тех пор, пока она не заболеет, и тогда, под влиянием пустого желудка и хнычущих детей, он выстроит моделируемое поведение приготовления обеда. Его поведение внимания и сохранения несомненно проявится в будущем, когда ему нужно будет вспомнить, где хранится ореховое масло или кислая капуста.

Вообще говоря, при наличии подкрепления моделирование или научение через наблюдение быстро переводится в действие. Позитивное подкрепление не только увеличивает вероятность открытого выражения или фактического выстраивания требуемого поведения, но также влияет на процессы внимания и сохранения. В повседневной жизни мы редко обращаем внимание на что-то или кого-то, если нет стимула сделать это, а когда обращаешь мало внимания, фактически нечего сохранять! Мы можем часто совершать поездки с приятелем в определенное место, но смутимся и даже растеряемся, когда нам предложат вести машину самим. Мы не обращали внимания на дорогу, которой раньше ехали, потому что нам это было не нужно — не мы были за рулем. Если нам приходится полагаться только на себя, чтобы добраться до нужного места, мы запоминаем дорогу.

Есть один способ усилить желание человека наблюдать, сохранять и выстраивать моделируемое поведение — через предвидение подкрепления или наказания. Наблюдение за поведением, которое является причиной позитивного поощрения или предотвращает какие-то аверсивные условия, может быть сильнейшим стимулом к вниманию, сохранению и в дальнейшем (в похожей ситуации) выстраива-

нию такого же поведения. В этом случае подкрепление переживается косвенно, и человек может предвидеть, что сходное поведение приведет к сходным последствиям. Ребенок может добровольно подмести веранду, пропылесосить свою комнату или накрыть на стол, ожидая одобрения улыбкой или словом. Как видно из этого примера, косвенное ожидание подкрепления у ребенка побудило его к помогающему поведению.

ПОДКРЕПЛЕНИЕ В НАУЧЕНИИ ЧЕРЕЗ НАБЛЮДЕНИЕ

Бандура полагает, что хотя подкрепление часто способствует научению, оно совсем не является обязательным для него. Существует множество других факторов, замечает он, отличных от подкрепляющих последствий, которые могут влиять на то, будет ли человек внимательно наблюдать. Нам не нужно ждать подкрепления, например, чтобы обратить внимание на пожарную сирену, вспышки молнии, неприятный запах, непривычные стимулы. Действительно, когда наше внимание к моделируемой деятельности достигается посредством абсолютного влияния физических стимулов, даже дополнительные позитивные мотивы не усиливают научение через наблюдение. Этот факт доказывается исследованием, показывающим, что дети, наблюдающие модельный процесс по телевидению в затемненной комнате, позже ведут себя сходным образом, независимо от того, было ли им известно заранее, что такая имитация будет поощрена. Говоря короче, прямое подкрепление может помочь моделированию, но не является необходимым для него [Bandura, 1986].

Бандура полагает, что понимание поведения человека только как контролируемого исключительно внешними последствиями будет слишком ограниченным: «Если бы действия определялись только внешними поощрениями и наказаниями, люди вели бы себя подобно флюгеру, постоянно вертясь в разные стороны, чтобы соответствовать прихотям других» [Bandura, 1971, p. 27]. Таким образом, хотя теория социально-когнитивного научения действительно признает важную роль внешних подкреплений, она постулирует существование более широкого круга подкрепляющих воздействий. Люди не только подвержены влиянию опыта, приобретенного в результате своих действий, но и регулируют поведение на основе ожидаемых последствий, а также создают их для себя сами. Эти две формы подкреплений — косвенное и самоподкрепление — мы вкратце обсудим далее.

Бандура, анализируя роль подкрепления в научении через наблюдение, показывает его когнитивную ориентацию. В отличие от Скиннера, он утверждает, что внешнее подкрепление редко выступает в роли автоматического определителя поведения. Чаще оно выполняет две другие функции — информативную и побудительную. Подкрепление, следующее за реакцией, указывает или, по крайней мере, может указать человеку на необходимость сформировать гипотезу о том, что такое правильная реакция. Эта информативная функция, или обратная связь, может работать, когда подкрепление переживается прямо или косвенно. Возьмем такой пример: если вы являетесь свидетелем того, как кого-то наказывают за определенное деяние, это дает вам столько же информации, как если бы наказывали вас. Подкрепление сообщает нам, какие последствия можно ожидать в результате правильной или неправильной реакции. Если, например, ученица средней школы,

13 Зак 1212

которая хочет стать врачом, узнает, что она может получить отличную подготовку (подкрепление) на вводном курсе по медицине в колледже — это как раз такой случай. Этот вид информации — обычно называемой *побудительной* — имеет значение, если нам нужно правильно предвидеть возможные последствия наших действий и соответственно регулировать поведение. Действительно, без способности предвидеть вероятный исход будущих поступков люди действовали бы крайне непроизводительно, если не сказать рискованно.

Косвенное подкрепление

Из предыдущего обсуждения очевидно, что люди могут получить пользу от наблюдения успехов и поражений других так же, как из своего непосредственного опыта. Действительно, мы, как общественные индивиды, постоянно следим за действиями других людей и за ситуациями, в которых тех поощряют, игнорируют или наказывают. Возьмем, например, школьника, который наблюдает, как делают выговор однокласснику за то, что он мешает учителю. Данный пример, вероятно, послужит ему предостережением, если, конечно, этот ребенок не посчитает, что в его случае последствия могут быть другими. Или, например, официант, который видит, как его коллеги получают щедрые чаевые за дружелюбную улыбку и веселую болтовню с клиентами. Это, несомненно, может подвигнуть его на то, чтобы улыбнуться и поболтать с посетителем. Как показывают эти два примера, наблюдаемые или косвенные последствия (наказания и поощрения), подкрепляющие действия других, часто играют значительную роль в регуляции нашего поведения. Это означает, что пробы и ошибки оперантного обусловливания могут быть получены «из вторых рук». Преимущество этого принципа в том, что он не только позволяет нам экономить энергию, но также дает возможность учиться на ошибках и успехах других.

Косвенное подкрепление осуществляется всякий раз, когда наблюдатель видит действие модели с результатом, который наблюдатель осознает как результат предшествующих действий модели. Можно говорить о *косвенном позитивном подкреплении*, когда наблюдатели ведут себя таким же образом, как наблюдаемые ранее модели, получившие подкрепление, в то время как при *косвенном наказании* наблюдаемые аверсивные последствия снижают тенденцию вести себя подобным образом. В каждом примере информация, полученная от наблюдаемых последствий, позволяет наблюдателю определить, будет отдельный внешний подкрепляющий стимул являться поощрением или наказанием. Таким образом, если вы увидите, что кого-то поощряют за какие-то действия, вы, вероятно, придете к заключению, что получите такой же подкрепляющий стимул, если поступите так же. И наоборот, если вы увидите, что кого-то наказывают за что-то, вы, вероятно, придете к заключению, что то же самое случится с вами, если вы поступите сходным образом.

Самоподкрепление

До сих пор мы рассматривали, как люди регулируют свое поведение на основе внешних последствий, которые они либо наблюдают, либо испытывают непосредственно. С точки зрения социально-когнитивной теории, однако, многие наши по-

ступки регулируются самоналагаемым подкреплением. Бандура утверждает даже, что в основном поведение человека регулируется посредством подкрепления самого себя [Bandura, 1988].

Самоподкрепление очевидно имеет место всякий раз, когда люди устанавливают для себя планку достижений и поощряют или наказывают себя за ее достижение, превышение или неудачу. При работе над книгой или статьей для публикации в журнале, например, авторам не требуется, чтобы кто-то стоял сзади и заглядывал через плечо, одобряя каждое предложение, пока не получится удовлетворительная рукопись. Они заранее знают, что должно получиться в конце работы, и постоянно редактируют себя, часто бывая излишне строгими. Во многих других областях деятельности люди аналогичным образом сами оценивают свое поведение и поощряют или наказывают себя. Они поздравляют себя со своими мыслями и поступками; они хвалят себя или разочаровываются в своих достоинствах; и они сами выбирают моральные и материальные поощрения и наказания из множества доступных им. Акцент Бандуры на самоподкреплении значительно повышает возможности объяснения поведения человека на основе принципов подкрепления.

Как появляется саморегулирование

Как мы видели, самоподкрепление — процесс, суть которого заключается в том, что люди награждают себя поощрениями, над которыми они имеют контроль, всякий раз, когда достигают установленной ими самими нормы поведения. Так как можно реагировать и негативно, и позитивно, Бандура использует термин *саморегулирование* для обозначения усиливающего и уменьшающего эффекта самооценки [Bandura, 1989b].

С точки зрения Бандуры, саморегулируемые побуждения усиливают поведение в основном через свою мотивационную функцию. То есть, в результате самоудовлетворения от достижения определенных целей, у человека появляется мотив прилагать все больше усилий, необходимых для достижения желаемого поведения. Уровень самопроизвольной мотивации человека обычно варьирует в соответствии с типом и ценностью побуждений и природой норм поведения. По Бандуре, есть три процесса, входящие компонентами в саморегулирование поведения: процесс самонаблюдения, самооценки и самоответа.

Поведение человека меняется по ряду параметров *самонаблюдения* (например, качество или скорость реакций). Функциональная значимость этих величин зависит от типа рассматриваемой деятельности. Например, атлетические соревнования оценивают в терминах времени и расстояния. А об артистичности обычно судят, основываясь на эстетической ценности и оригинальности. Социальное поведение обычно оценивается в таких величинах, как искренность, девиантность, нравственность и другие.

Второй компонент, вовлеченный в поведение саморегулирования, — *самооценка*. Часто бывает, что поведение рассматривается как достойное одобрения и, следовательно, поощряемое или как неудовлетворительное и наказуемое, в зависимости от того, с позиций каких личностных стандартов оно оценивается. Вообще поступки, соответствующие внутренним нормам, считаются позитивными, а не соответствующие — негативными. Очень часто оценка поведения по абсолютным

показателям является неадекватной. Время, показанное при заплыве на 100 метров свободным стилем, количество правильных ответов на экзамене по биологии или сумма, пожертвованная благотворительной организации, часто не дают достаточной информации для самооценки при сопоставлении с внутренними нормами. В этих и многих других примерах адекватность поведения должна быть определена относительно (например, в сравнении с поведением других). Эту мысль можно проиллюстрировать на примере студентки, ответившей правильно на 85 вопросов на экзамене по биологии и желающей быть в числе 5% лучших учеников в классе. Ясно, что количество ее правильных ответов не дает возможности ни для позитивной, ни для негативной самооценки, если она не знает, как отвечали ее одноклассники. В других случаях адекватность нашего поведения можно определить в терминах стандартных норм или ценностей эталонной группы.

Поведение человека в прошлом также является стандартом, в соответствии с которым можно оценить адекватность его поведения на сегодняшний день. Здесь ориентир для оценки адекватности или неадекватности дает сравнение со своим собственным поведением. Бандура предполагает, что прошлое поведение влияет на самооценку в основном посредством его воздействия на постановку целей: «После того, как данный уровень поведения достигнут, он больше не требуется, и человек начинает искать нового самоудовлетворения. Люди хотят повысить нормы поведения после успеха и понизить их, чтобы приблизиться к более реалистичному уровню, после неоднократных неудач» [Bandura, 1977b, p. 132].

Оценка деятельности — другой ключевой фактор в критическом компоненте саморегулирования поведения. Очевидно, например, что люди прилагают мало усилий или вообще не утруждают себя в деятельности, которая не касается их лично. А в тех сферах жизни, которые влияют на их благополучие и самоуважение, самооценка производится постоянно. То, каким образом люди воспринимают причины своего поведения, в значительной степени влияет на самооценку. Большинство людей чувствуют гордость и удовольствие от достижений, которые они относят за счет своих способностей и усилий. И наоборот, они редко бывают удовлетворены, когда относят свой успех за счет внешних факторов, таких как случай или везение. Это справедливо и для их суждений о неудачах, о поведении, заслуживающем порицания. Люди самокритично реагируют на неприятности, виной которым было их собственное поведение, но не на ошибки, которые, как они считают, происходят из-за оправдывающих их обстоятельств или недостатка возможностей. Полагают, что достижения, не имеющие отношения к нам самим, обычно не порождают определенных реакций. Например, если человек достигает положения первой трубы в оркестре, он, вероятно, полагает, что это произошло благодаря его опыту и музыкальным способностям. Однако тот же самый человек будет меньше гордиться своим достижением, если осознает, что этим он обязан отцу-дирижеру, а не собственному дарованию. Если бы он не удостоился подобной чести, то мог бы оправдать свою плохую игру тем, что болел гриппом во время репетиций. Барабанщика же, занимающего позицию стороннего наблюдателя, все это в целом мало волнует.

Бандура утверждает, что широкий спектр поведения человека регулируется с помощью реакций самооценки, выражаемых в форме удовлетворенности собой, гордости своими успехами, неудовлетворенности собой и самокритики [Bandura, 1977b, 1982]. Таким образом, третий и последний компонент, вовлеченный в пове-

денческое саморегулирование, касается процессов *самоответа*, в особенности результатов самооценки. При прочих равных условиях позитивная самооценка поведения приводит к поощряющему типу реагирования, а негативная оценка — к наказывающему. И более того, «реакции самооценки приобретают и сохраняют критерии поощрения и наказания в зависимости от реальных последствий. Люди обычно удовлетворены собой, если испытывают гордость от своих успехов, но не довольны собой, когда что-то осуждают в себе» [Bandura, 1977b, p. 133].

Бандура полагает, что адекватная теория поведения должна также рассматривать такие сложные вопросы, как: почему люди отказываются поощрять себя, почему они требовательны к себе, когда никто не принуждает их к этому, и почему они наказывают себя. Действительно, это вопросы, требующие разъяснения, и Бандура охотно признает, что они еще не достаточно изучены [Bandura, 1977b, 1986]. Далее следуют некоторые гипотетические объяснения, предложенные Бандурой.

Почему мы наказываем себя. С социально-когнитивной точки зрения, люди склонны тревожиться и осуждать себя, когда нарушают свои внутренние нормы поведения. Они неоднократно переживают в ходе социализации такую последовательность событий: проступок — внутренний дискомфорт — наказание — облегчение. В этом случае действия, не соответствующие внутренним нормам поведения, вызывают тревожные предчувствия и самоосуждение, не проходящие до тех пор, пока не наступит наказание. Оно, в свою очередь, не только кладет конец страданиям от проступка и его возможных социальных последствий, но также направлено на то, чтобы вернуть одобрение других. Соответственно, самонаказание избавляет от внутреннего дискомфорта и дурных предчувствий, которые могут длиться дольше и переноситься более тяжело, чем само наказание. Реакции самонаказания сохраняются долго, так как они смягчают душевную боль и ослабляют внешнее наказание. Осуждая себя за недостойные в моральном отношении поступки, люди перестают терзаться из-за прошлого поведения. Самокритика может также уменьшить терзания по поводу неправильного или разочаровывающего поведения. Другая причина использования самокритики — то, что она часто является эффективным средством уменьшить негативные реакции других. Иначе говоря, когда есть вероятность, что определенные поступки приведут к дисциплинарным мерам, самонаказание может оказаться меньшим из двух зол. И наконец, вербальное самонаказание может использоваться с целью услышать похвалу от других. Осуждая и принижая себя, индивид может вынудить других людей высказаться по поводу его положительных качеств и способностей и заверить, что ему нужно постараться и все будет хорошо.

Хотя самонаказание может положить конец тревожным мыслям или, по крайней мере, ослабить их, оно также может усилить личный дискомфорт. Действительно, чрезмерное или длительное самонаказание, основанное на излишне строгих нормах самооценки, может вызвать хроническую депрессию, апатию, ощущение никчемности и отсутствия цели. В качестве примера можно вспомнить людей, страдающих от значительной недооценки себя вследствие потери ловкости из-за старения или каких-то физических увечий, но продолжающих придерживаться прежних норм поведения. Они могут принижать себя и свои успехи настолько, что в конце концов становятся апатичными и оставляют деятельность, которая раньше приносила им большое удовлетворение. Поведение, являющееся источником внутреннего дискомфорта, может также способствовать развитию различных форм

психопатологии. Например, люди, постоянно чувствующие собственную неадекватность и испытывающие неудачи, могут стать алкоголиками или пристраститься к наркотикам, таким образом пытаясь совладать с окружением. Другие могут защитить себя от самокритики, уйдя в мир грез, где они получают в несбыточных фантазиях то, что недостижимо в реальности. Бандура [Bandura, 1988] полагает, что неадаптивное поведение — это результат излишне строгих внутренних норм самооценки.

Самоэффективность: путь к совершенному поведению

В последние годы Бандура ввел в свои теоретические построения постулат когнитивного механизма *самоэффективности* для объяснения личностного функционирования и изменения [Bandura, 1977a, 1989b, 1989c]. Концепция самоэффективности относится к умению людей осознавать свои способности выстраивать поведение, соответствующее специфической задаче или ситуации. С точки зрения Бандуры, самоэффективность, или осознанная способность справиться со специфическими ситуациями, влияет на несколько аспектов психосоциального функционирования. То, как человек оценивает собственную эффективность, определяет для него расширение или ограничение возможности выбора деятельности, усилия, которые ему придется приложить для преодоления препятствий и фрустраций, настойчивость, с которой он будет решать какую-то задачу. Короче говоря, самооценка эффективности влияет на формы поведения, мотивацию, выстраивание поведения и возникновение эмоций.

По мнению Бандуры, люди, осознающие свою самоэффективность, прилагают больше усилий для выполнения сложных дел, чем люди, испытывающие серьезные сомнения в своих возможностях. В свою очередь, высокая самоэффективность, связанная с ожиданиями успеха, обычно ведет к хорошему результату и таким образом способствует самоуважению. Напротив, низкая самоэффективность, связанная с ожиданием провала, обычно приводит к неудаче и таким образом снижает самоуважение. С этой точки зрения, люди, считающие себя неспособными справиться со сложными или опасными ситуациями, вероятно, будут уделять чрезмерное внимание своим личным недостаткам и постоянно изнурять себя самокритикой по поводу собственной некомпетентности. Бандура говорит, что те, кто считает себя «неспособными добиться успеха, более склонны к мысленному представлению неудачного сценария и сосредоточиваются на том, что все будет плохо. Уверенность в неспособности добиться успеха ослабляет мотивацию и мешает выстраивать поведение» [Bandura, 1989c, p. 729]. Напротив, люди, верящие в свою способность решить проблему, вероятно, будут настойчивы в достижении своих целей, несмотря на препятствия, и не будут склонны предаваться самокритике. Как замечает Бандура, «те, кто обладает сознанием высокой самоэффективности, мысленно представляют себе удачный сценарий, обеспечивающий позитивные ориентиры для выстраивания поведения, и осознанно репетируют успешные решения потенциальных проблем» [Bandura, 1989c, p. 729].

Бандура [Bandura, 1989b, 1989c] предположил, что приобретение самоэффективности может происходить любым из четырех путей (или любой их комбинации): способности выстроить поведение, косвенного опыта, вербального убежде-



Бандура полагает, что активно осваиваемые знания или действия являются наиболее мощным источником самоэффективности.
(Robert Holmgren/Jeroboam)

ния и состояния физического (эмоционального) возбуждения. Рассмотрим каждый из этих четырех факторов.

1. Способность выстроить поведение. Бандура утверждает, что наиболее важным источником эффективности является прошлый опыт успеха и неудач в попытке достичь желаемых результатов. Попросту говоря, успешный личный опыт порождает высокие ожидания, а предыдущие неудачи порождают низкие ожидания. Эстрадный артист, которого вдруг обуял страх перед выступлением, может сказать себе, что он уже выступал много раз без каких-либо происшествий и конечно сумеет сделать это опять. С другой стороны, люди, страдающие от неуверенности в своей способности выступать перед аудиторией из-за неудачи в прошлом, могут прийти к заключению, что им это просто не дано. Конечно, если человеку с низкой самоэффективностью дать какой-то стимул сделать то, чего он боится, самоэффективность будет усиливаться.

2. Косвенный опыт. Хотя и не столь действенный, как фактическое поведение, косвенный опыт также может быть источником высокой самоэффективности.

То есть наблюдение за другими людьми, успешно выстраивающими поведение, может вселить в человека надежду на самоэффективность и уверенность, что с подобной деятельностью вполне можно справиться. Студенты, которые боятся задавать вопросы в большом классе, могут, например, изменить прогноз эффективности с «я не могу сделать это» на «возможно, я смогу», если они были свидетелями того, как их товарищи задавали вопросы без катастрофических последствий для себя. В то же время, если человек наблюдает за тем, как другие столь же компетентные люди неоднократно терпят неудачу, несмотря на настойчивые попытки, это, по всей вероятности, ухудшит его прогноз собственной способности выполнить подобные действия.

3. Вербальное убеждение. Эффективность может также быть достигнута или изменена через убеждение человека в том, что он обладает способностями, необходимыми для достижения цели. Возьмем мать, которая уверяет дочь, что она может справиться с трудным предметом в школе. Вербальная поддержка не просто помогает дочери поверить, что ей по силам «сделать это», но и может способствовать развитию навыков учения и концентрации усилий, ведущих к конечному успеху. Конечно, такая уверенность может с легкостью исчезнуть, если фактические успехи в освоении трудного предмета не соответствуют ожидаемому результату. Более того, вербальное воздействие на ребенка, который пытается добиться какого-то результата, должно быть в рамках его реальных возможностей и способностей. Если не следовать этому правилу, то попытка помочь, возможно, напротив, подорвет веру в родителя и оставит ребенка с пониженным прогнозом эффективности. Бандура выдвигает гипотезу о том, что сила вербального убеждения ограничивается осознаваемым статусом и авторитетом убеждающего. Терапевт может убедить чересчур полного пациента поменьше есть и побольше заниматься физическими упражнениями; но тот же самый терапевт вряд ли сможет убедить клиента в том, что тот способен влезть на Эверест.

4. Эмоциональный подъем. И наконец, так как люди сверяют уровень эффективности с уровнем эмоционального напряжения перед лицом стрессовых или угрожающих ситуаций, любой способ, понижающий возбуждение, повысит прогноз эффективности. Человек, испытывающий неуверенность при общении с женщинами, может почувствовать, как его сердце начинает ускоренно биться и ладони становятся мокрыми, когда он звонит женщине, назначая ей свидание. Если он относит эти физиологические реакции к тревоге, он может решить, что слишком нервничает, чтобы вынести все это. Если, однако, он замечает, что вполне спокоен, набирая номер, то может решить, что он более эффективен, чем полагал. Как видно из данного примера, люди с большей вероятностью добиваются успеха, если они не напряжены и эмоционально спокойны.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ БАНДУРЫ ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

В терминах основных теоретических позиций, принятых в психологии, Бандуру часто изображают как «умеренного бихевиориста». Все же его социально-когнитивная теория предлагает другое представление о человеке, чем у Скиннера [Skinner, 1989]. Одним из признаков этого различия является то, что Бандура

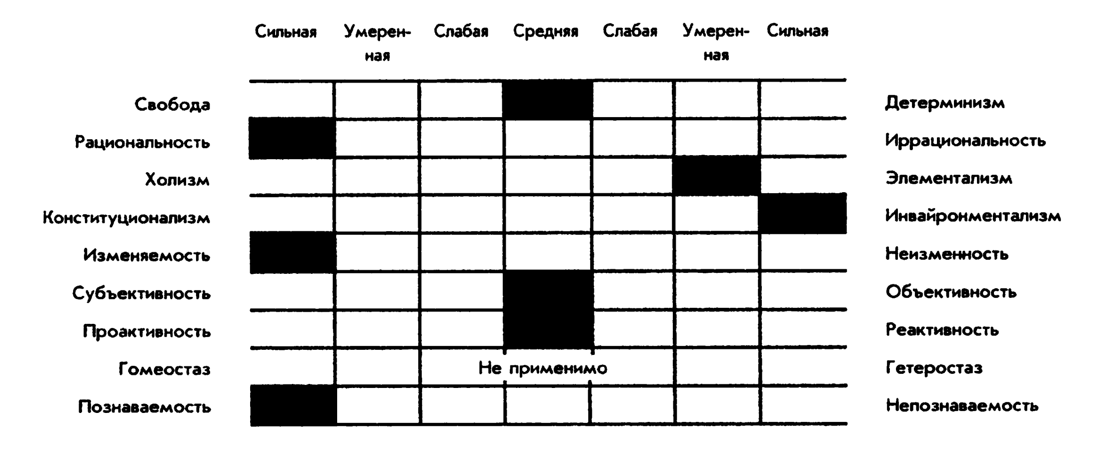


Рис. 8–2. *Позиция Бандуры по девяти основным положениям, касающимся человеческой природы.*

особо подчеркивает обоюдное взаимодействие событий окружения, поведения и личностных факторов, особенно познавательных процессов. Но наиболее существенное отличие взглядов Бандуры от других направлений бихевиористской теории (особенно скиннеровского) можно понять, рассматривая его позицию по основным положениями о природе человека (рис. 8–2).

Свобода—детерминизм. Позиция Бандуры по этому положению находится посередине между крайними полюсами свободы и детерминизма. Ключ к пониманию его позиции лежит в концепции *взаимного детерминизма*, непрерывной взаимосвязи поведения, личности и окружения во всех видах человеческой деятельности: «Так как концепции людей, их поведение и их окружение взаимно детерминированы, индивиды не являются ни беспомощными объектами, контролируемыми силами окружения, ни совершенно свободными существами, которые могут делать все, что им вздумается» [Bandura, 1978, p. 356–357].

Следовательно, с точки зрения социально-когнитивной теории, люди до некоторой степени могут контролировать свое поведение. Акцент Бандуры на саморегулировании поведения также говорит в пользу этого заключения. Тем не менее, окружение влияет на людей в той же мере, в какой люди влияют на окружение. Например, как уже было сказано ранее, нормы самоподкрепления и самоэффективность частично детерминированы воздействием окружения. Следовательно, связь между человеком и окружением фактически *двунаправленная*: люди формируют окружение, а окружение одновременно формирует людей. Это непрерывное взаимодействие сил создает некое равновесие между свободой и детерминизмом в концепции Бандуры.

Рациональность—иррациональность. Отличие позиции Бандуры от традиционного бихевиоризма вообще и от взглядов Скиннера в частности можно проследить по его строгой приверженности положению рационализма. Упор многих его теоретических концепций на когнитивность свидетельствует о взгляде на

человека как на существо в высшей степени рациональное. Несомненно, Бандура отдает приоритет сознательному мышлению над бессознательными детерминантами поведения. Он полагает, что люди приходят к рациональным решениям, основываясь на предположениях о том, как их действия будут влиять на обстоятельства. Рационализм особенно очевиден в акценте Бандуры на моделировании или научении через наблюдение. Без способности формировать и хранить в памяти когнитивные образы наблюдаемого поведения моделирование было бы невозможным. Более того, трактовка подкрепления в концепции Бандуры подчеркивает его информативную и побудительную функцию в противовес рассмотрению внешних подкреплений как автоматических детерминант поведения. Проще говоря, с точки зрения Бандуры, подкрепление (прямое или косвенное) дает индивиду нечто, о чем стоит поразмыслить при выстраивании будущего поведения — эта когнитивная концепция совершенно чужда скиннеровской теории. Итак, познание находится в центре внимания социально-когнитивной теории, что предполагает положение рационализма в качестве его основы.

Холизм—элементализм. Более всего созвучна с традиционным бихевиоризмом умеренная приверженность Бандуры положению элементализма. Нигде в теории Бандуры, например, нет глобального конструкта, абсолютно необходимого для объяснения поведения (такого как психическая структура «Я» или «Я-концепция» в феноменологической теории). Действительно, когда Бандура говорит о самооценке, он последовательно оспаривает глобальный подход к ее концептуализации и измерению. Но еще более показателен тот факт, что моделирование можно понять только в терминах составных частей (подфункций): «Понять, как люди учатся имитировать, значит понять, как необходимые подфункции развиваются и действуют» [Bandura,1974, p. 864]. Однако необходимые подфункции — избирательное наблюдение, кодирование в памяти, координирование идеомоторной и сенсоромоторной систем, суждение о вероятных последствиях соответствующего поведения [Bandura,1974] — сами по себе являются довольно сложными концепциями. Таким образом, хотя Бандура по-видимому полагает, что поведение лучше всего можно понять через его составные части, сами эти элементы не очень малы. Поэтому его приверженность элементализму лучше всего отнести к умеренной.

Конституционализм—инвайронментализм. Работа Бандуры в основном касается социальной структуры и процессов научения, при помощи которых факторы окружения влияют на поведение. По шкале конституционализма—инвайронментализма теория Бандуры склоняется к инвайронментализму. Все же в социально-когнитивных терминах окружение не обладает тем безусловным и автоматическим контролем над поведением, каким оно наделено в теории Скиннера. Пожалуй, в соответствии с доктриной Бандуры о взаимном детерминизме, люди воздействуют на окружение в той же мере, в какой окружение действует на них [Bandura, 1989b]. Через процессы саморегулирования и познания воздействие окружения значительно опосредуется, так как существует постоянное взаимодействие между факторами поведенческими, когнитивными и окружения. В то же время Бандура наделяет окружение значительными потенциальными возможностями для формирования и модификации поведения человека, хотя оно не рассматривается как единственная или автоматическая причина поведения. Из рассуждений Бандуры ясно, что инвайронментализм является все-таки преоблада-

ющим положением в социально-когнитивной теории. Более того, именно специфическая связь рационализма и инвайронментализма, лежащая в основе позиции Бандуры, в большой мере ответственна за уникальную познавательную ориентацию социально-когнитивной теории, благодаря которой она выделяется на историческом фоне бихевиористской традиции в психологии.

Изменяемость—неизменность. Рассуждая логически, персонолог, чьей основной теоретической концепцией является моделирование, непременно должен быть привержен положению изменяемости. В конце концов, вся концепция моделирования ориентирована на то, как люди учатся и как они приобретают и меняют свое поведение. В теории Бандуры люди, становясь более зрелыми, приобретают значительно больше возможностей изменять поведение с помощью самоподкрепления и организации окружения так, чтобы получить больше позитивных подкреплений. Итак, люди регулируют внешние стимулы для желаемого поведения, они оценивают свое поведение, и эти оценки сами по себя служат подкрепляющими факторами [Bandura, 1989b].

Не сосредоточиваясь на внутренних переменных, которые сохраняются и характеризуют поведение индивида во времени, Бандура обращает пристальное внимание на процессы, управляющие изменением поведения. Следовательно, подразумевается строгая приверженность положению изменяемости. Это одно из положений, которое Бандура разделяет с другими теоретиками, подчеркивающими роль научения — неважно, исповедуют они бихевиористские взгляды или нет.

Субъективность—объективность. Непрерывное взаимодействие между человеком и окружением, как это подчеркивается в концепции Бандуры об обоюдном детерминизме, отражает смешение положений субъективности и объективности. Положение субъективности можно усмотреть в том, что люди не механически подвергаются объективным воздействиям окружения. Скорее эти воздействия опосредуются влиянием личностных и, возможно, субъективных внутренних факторов (то есть когнитивных структур) до того, как они каким-то образом изменят поведение. Другое указание на субъективность можно найти в концепции Бандуры о самооценочных стандартах, так как эти стандарты у людей варьируют, и два человека могут по-разному воспринять объективно идентичные ситуации и отреагировать на них. Таким образом, Бандура признает роль личного опыта в деятельности человека.

Но никоим образом Бандура не вторгается в субъективный мир человека с позиций феноменолога; он идет осторожно, как подобает обновленному бихевиористу, заглядывая в глубины неисследованных и, возможно, научно неприемлемых джунглей субъективного опыта. Где только можно, он предпринимает максимальные усилия, чтобы связать все внутренние психические структуры с объективными наблюдаемыми параметрами. В конце концов, поскольку люди в социально-когнитивной теории влияют на окружение, нельзя пренебречь и тем, что окружение (объективные факторы) также воздействует на поведение человека. Таким образом, оказывается, что субъективность и объективность занимают одинаковое положение в социально-когнитивной теории.

Проактивность—реактивность. Человек в социально-когнитивной теории постоянно реагирует на внешние влияния, но *реагирует проактивно*! Чтобы понять этот очевидный парадокс, рассмотрим следующее утверждение Бандуры.

Теории, которые стремятся объяснить поведение человека только как продукт внешнего воздействия или как остаточную информацию прошлого стимула, дают усеченный образ природы человека. Люди обладают способностью самоуправления, что позволяет им контролировать свои мысли, чувства и действия с помощью ожидаемых результатов. Следовательно, психосоциальное функционирование регулируется взаимодействием своих собственных и внешних источников воздействия [Bandura, 1989, p. 1179].

В сущности это утверждение иллюстрирует доктрину Бандуры о взаимном детерминизме, отражающую в равной степени положения проактивности и реактивности.

С точки зрения Бандуры, люди реагируют на внешние воздействия при помощи наблюдения и затем перерабатывают эти воздействия посредством своих когнитивных структур. Люди наблюдают, думают, планируют и предвидят возможные внешние последствия своих действий. В самом деле, с позиции социально-когнитивной теории будет справедливым сказать, что поведение людей регулируется в большей мере их реакциями на *ожидаемые последствия*, чем их реакциями на прошлые или настоящие внешние результаты. Человек вырабатывает поведение, ориентируясь на будущее (проактивность), но, в первую очередь, реагируя на ожидаемые результаты своих действий (реактивность). Поэтому можно сказать, что основные положения проактивности и реактивности переплетаются в социально-когнитивной теории.

Гомеостаз—гетеростаз. Вопросом для обсуждения здесь является природа и свойства мотивов, лежащих в основе поведения. Люди действуют для того, чтобы смягчить напряжение и сохранить внутреннее равновесие, или поведение человека направлено на личный рост и самоактуализацию? В теории Бандуры эти вопросы почти не обсуждаются и ни в коем случае не влияют ощутимо на формулировку его теоретических построений. Другими словами, люди могут моделировать многие виды поведения, независимо от природы возможных мотивов, лежащих в основе этого поведения.

Но нельзя сказать, что Бандура отрицает концепцию мотивированного поведения. Конечно, нет; он просто концептуализирует мотивацию таким образом, что ее нельзя рассматривать в терминах гомеостаз—гетеростаз. Точнее говоря, Бандура анализирует мотивацию с точки зрения ожидаемых, побудительных и познавательных стимулов, потенциально подтверждаемых экспериментами, а не рассуждает о свойствах предполагаемых внутренних мотивов. Мотивация определенно представлена в социально-когнитивной теории, но она сформулирована в основном в терминах когнитивных структур и различных типов подкреплений (например, внешних, косвенных и самоподкреплений). Таким образом, строго говоря, положение гомеостаз—гетеростаз неприменимо непосредственно к позиции Бандуры.

Познаваемость—непознаваемость. Бандура недвусмысленно поддерживает точку зрения, что природа человека познаваема. Это явствует из того, с каким уважением он относится к эмпирическим данным, из его попыток сделать теоретические построения открытыми для эмпирической проверки и из его большого вклада в научные исследования личности. Вот только один пример: всякий раз, когда Бандура использует внутренние когнитивные структуры для объяснения

поведения человека, он полагает, что данные внутренние процессы должны быть в конечном итоге связаны с действиями, доступными наблюдению [Bandura, 1974, 1986]. Для Бандуры не существует ссылок на таинственные переменные, недоступные научному пониманию, и он не делает реальных попыток переступить границы того, что многие считают настоящей психологической наукой. Таким образом, следуя бихевиористской традиции, из которой отчасти вышла социально-когнитивная теория, Бандура строго привержен положению, что природа человека в конечном счете познаваема наукой.

Социально-когнитивная теория хорошо обоснована в эмпирических исследованиях. К их обсуждению мы и обратимся.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-КОГНИТИВНОЙ ТЕОРИИ

Социально-когнитивная теория Бандуры дала толчок большому количеству исследований, подвергающих проверке ее основные концепции и принципы. Эти исследования значительно расширили наши знания о том, как моделирование поведения родителей влияет на социальное развитие детей, как приобретают языковые и мыслительные навыки, как можно использовать самоподкрепление в терапии разнообразных психологических проблем. Сам Бандура провел многочисленные исследования, подтверждающие важность научения через наблюдение в приобретении и модификации агрессивного поведения [Bandura, 1973]. Эти исследования наряду с бесчисленными эмпирическими находками в смежных сферах личностного функционирования (например, полоролевое развитие, помогающее поведение, навыки общения, самоэффективность) уже являются составной частью современной психологии. В общем, теория Бандуры имеет крайне большую эмпирическую поддержку, и есть основания предполагать, что в ближайшие годы интерес к ней будет увеличиваться.

В этом разделе мы рассмотрим исследования, касающиеся:

1) влияния наблюдаемого по телевидению насилия на агрессивное поведение детей;
2) важности оценки собственной эффективности в ситуации, требующей совладания со специфическими страхами.

Это только две из многих областей, в которых теория Бандуры послужила стимулом для энергичных научных изысканий.

Насилие по телевидению: модели агрессии в каждой гостиной

Очевидно, что не все научение через наблюдение ведет к социально приемлемым результатам. Действительно, люди могут научиться нежелательным и антиобщественным формам поведения посредством тех же процессов, которые благоприятствуют развитию сотрудничества, сопереживания, альтруизма и навыков эффективного решения проблем. Давно предполагалось, что насилие, демонстрируемое в средствах массовой информации, особенно по телевидению, негативно влияет на зрителей.

Начиная с лабораторных исследований, предпринятых Бандурой и его коллегами в 1960-х годах [Bandura, 1965; Bandura et al., 1963], было собрано значительное количество данных о влиянии телевизионного насилия на социальное поведение. Эти труды, к которым исследователи неоднократно обращались [Bandura, 1979; Eron, Huesmann, 1985; Geen, Thomas, 1986], показывают, что длительная экспозиция насилия по телевидению может приводить к: 1) увеличению агрессивности поведения; 2) уменьшению факторов, сдерживающих агрессию; 3) притуплению чувствительности к агрессии; 4) формированию образа социальной реальности, на котором основываются многие из таких действий. Давайте более подробно остановимся на этих влияниях.

Наибольшее число фактов, свидетельствующих, что насилие, демонстрируемое в кино, способствует агрессивному поведению, получено из лабораторных исследований. Обычно испытуемые смотрели фрагмент программы либо с демонстрацией насилия, либо возбуждающей, но без показа насилия. Затем им давали возможность выразить агрессию по отношению к другому человеку, чаще при помощи регулируемого электрического разряда, который, как они знали, будет болезненным. Хотя были случайные исключения [Freedman, 1986], исследователи обычно обнаруживали, что испытуемые, которые смотрели программу, показывающую насилие, действовали более агрессивно, чем те, кто видел программу без демонстрации насилия [Friedrich-Cofer, Huston, 1986; Geen 1983; Geen, Thomas, 1986; Husemann, Malamuth, 1986]. Хотя такое исследование очень наглядно, у него есть некоторые серьезные ограничения. Воздействие сохраняется в течение краткого промежутка времени, и действия, посредством которых экспериментатор предлагает нанести вред другому человеку (например, нажатие кнопки для электрического разряда), далеки от реальной жизни. Следовательно, уместно спросить, насколько существенна информация о влиянии телевидения и агрессивных фильмов, полученная при помощи этих исследований, для повседневной жизни.

Чтобы ответить на этот вопрос, несколько ученых провели полевые исследования по измерению влияния демонстрации насилия в различные периоды времени вне лабораторных условий [Eron, 1987; Hicks, 1968; Leyens et al., 1975; Singer, Singer, 1981]. Среди этих лонгитюдных статистических исследований наиболее достойна внимания работа Ирона и его коллег [Eron, 1980; Eron et al., 1972, 1987]. В 1960 году они провели обследование среди школьников третьего года обучения (875 мальчиков и девочек) в полуаграрном городке северной части штата Нью-Йорк. Они изучили некоторые поведенческие и личностные характеристики этих детей, а также собрали данные об их родителях и домашнем окружении. Основным открытием этого начального исследования было то, что восьмилетние дети, предпочитающие телевизионные программы, показывающие насилие, числились среди наиболее агрессивных в школе. Через десять лет ученые провели повторное обследование 427 из этих детей, чтобы изучить связь между количеством и содержанием телевизионных программ, которые они смотрели в возрасте восьми лет, и тем, насколько агрессивны они были теперь. Они обнаружили, что частое наблюдение насилия в восьмилетнем возрасте в какой-то степени предсказало агрессивность в возрасте 18 лет. Дети, отнесенные к агрессивным своими восьмилетними сверстниками, оценивались как агрессивные и подростками, знавшими их в 18-летнем возрасте, то есть наблюдалась стабильность в агрессивном поведении на протяжении 10 лет. Более поразительным, однако, было открытие, что дети,

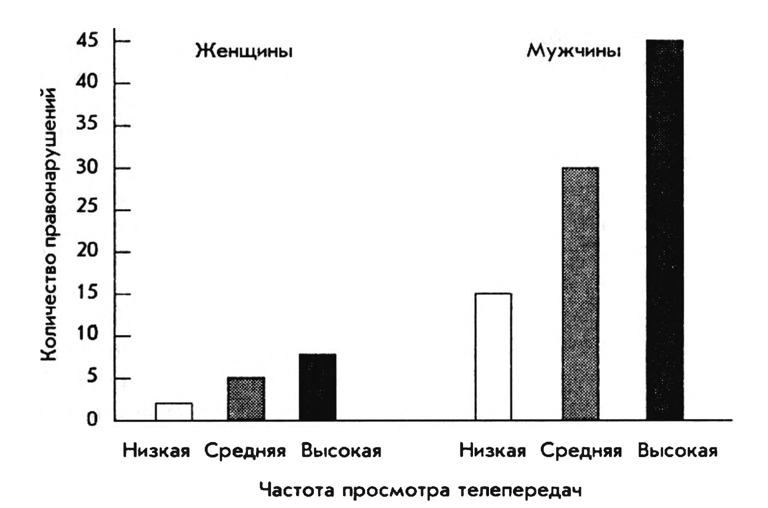


Рис. 8–3. *Тяжесть уголовных действий в возрасте 30 лет как функция от частоты просмотра телевизионных передач в возрасте 8 лет.*
(Адаптировано из Eron, Huesmann, 1985)

считавшиеся агрессивными в восьмилетнем возрасте, в три раза чаще привлекали внимание полиции в течение последующих 10 лет, чем те, кто был неагрессивен [Lefkowitz et al., 1977]. Фактически наилучшим предсказателем мужской агрессии в возрасте 18 лет, даже после контроля на враждебность по другим факторам, была степень насилия в телевизионных программах, которые они предпочитали смотреть в восьмилетнем возрасте [Eron, 1980].

Не так давно Ирон и его коллеги [Eron et al., 1987] сообщили о втором исследовании свыше 400 индивидов из той же группы, которым к этому времени было приблизительно по 30 лет. Как и ранее, агрессивное поведение было стабильным на протяжении всего времени, прошедшего от предыдущего обследования, а наиболее агрессивные дети не только имели неприятности с законом, но также были более жестоки со своими женами и детьми 22 года спустя. Более того, исследователи обнаружили значительную связь между количеством программ, показывающих насилие, которые смотрели дети в восьмилетнем возрасте, и вероятностью того, что они будут обвинены в серьезном преступлении в возрасте 30 лет (рис. 8–3). Следовательно, тяжесть уголовных преступлений, совершенных в возрасте 30 лет, прямо зависит от количества телевизионных программ, демонстрирующих насилие, которые были просмотрены в восьмилетнем возрасте. Ирон признает, однако, что статистическая природа его исследования, построенного на вычислении корреляции, не позволяет говорить о каких-то определенных причинно-следственных отношениях [Eron, 1987].

Тем не менее исследования показывают, что экспозиция насилия может снизить собственный контроль человека над агрессивными поступками. Например, Берковиц [Berkowitz, 1964] обнаружил, что мальчики-подростки, видевшие, как в фильме кого-то сильно били, потом меньше сдерживали желание ударить человека, похожего на жертву из фильма. Чтобы объяснить эти данные, Берковиц

[Berkowitz, 1984] предположил, что наблюдение насилия стимулирует у наблюдателя агрессивное поведение, активизируя мысли, связанные с насилием, чувства и воспоминания. Подтверждением этого мнения служит и тот факт, что видеоигры, агрессивно направленные, усиливают чувство враждебности и тревоги в группе студентов коллежда [Anderson, Ford, 1986].

Экспериментальное подтверждение того, что неоднократный просмотр насилия делает наблюдателей безразличными к насилию в будущем, можно найти в нескольких работах [Cline et al., 1973; Geen, 1981; Thomas et al., 1977]. В исследовании, проведенном Томасом и соавт. [Thomas et al., 1977], у испытуемых регистрировали изменение эмоционального состояния (по кожно-гальванической реакции) во время просмотра видеозаписи либо телевизионной программы с элементами насилия, либо захватывающего чемпионата по волейболу. Было обнаружено, что обе записи в равной степени вызывают эмоциональный подъем. Затем, во время второго этапа исследования испытуемые сталкивались с ситуацией, которая для них выглядела как реальная конфронтация, заканчивающаяся физическим насилием и порчей имущества. Как и предполагали исследователи, те, кто смотрел телевизионные программы с насилием, реагировали на агрессию менее эмоционально, чем остальные. Очевидно, просмотр телевизионных программ насилия сделал этих испытуемых менее восприимчивыми к случаям насилия в «реальной жизни».

Влияет ли также просмотр телевизионных художественных передач на наше восприятие реальности? Гербнер и его сотрудники [Gerbner, Gross, 1976; Gerbner et al., 1986] утверждают, что потенциально любые передачи могут оказывать такое действие. Обследование подростков и взрослых показало, что люди, смотрящие телевизор как минимум четыре часа в день, более уязвимы для агрессии со стороны других и считают мир более опасным, чем те, кто проводит у телевизора два часа или меньше. В то же время является несомненным факт, что сообщения о насилии оказывают большое влияние на возникновение у людей страхов. Например, Хит [Heath, 1984] классифицировал газетные отчеты о разбойных нападениях по категориям случайности (отсутствие очевидной мотивации), сенсационности (странные и жуткие подробности), местоположения (около дома или далеко). Затем читателей газет опросили, какие чувства у них возникают по поводу тех или иных сообщений. Когда люди читают о местных преступлениях, они бывают напуганы больше, если преступление классифицируется как случайное (немотивированное) и в сообщении приводятся сенсационные подробности, чем в случае, когда ни один из этих факторов не выделен в газетном отчете. И напротив, когда люди читают о преступлениях в других районах, они меньше боятся, если мотивы были случайными и сообщаются сенсационные подробности. Таким образом, оказывается, что люди могут защитить себя по крайней мере против некоторых атак насилия в средствах массовой информации. Географическая отдаленность создает чувство психологической безопасности, и они могут отрицать свою собственную уязвимость и возможность стать жертвой.

Потенциальные долговременные последствия насилия, исходящего из средств массовой информации, трудно представить себе. Рассмотрим только несколько фактов, касающихся просмотра телевизионных передач. Недавние исследования показали, что средний десятилетний ребенок в США проводит больше времени перед телевизором, чем в классе [Tangney, Feshbach, 1988], и это положение не

меняется уже больше 20 лет [Liebert, Sprafkin, 1988]. Фактически средний американский ребенок проводит у телевизора около 30 часов в неделю. Какое же социальное поведение моделируется в результате такого немыслимого поглощения телевизионных программ? В Соединенных Штатах, начиная с 1967 года, Гербнер и соавт. [Gerbner et al., 1980; Gerbner et al., 1986] проводили оценку развлекательных программ для детей, демонстрирующихся в самое удобное время суток в будние дни и утром в субботу. Они обнаружили, что зрители сыты по горло постоянным насилием. А именно, в программах, идущих в самое удобное время, в среднем демонстрируется пять актов насилия в час; в утренних субботних программах для детей — около 20 в час. Отчет Национального института психического здоровья [National Institute of Mental Health, 1982] содержит данные, что к 16-летнему возрасту средний телевизионный зритель вероятно видел около 13 000 убийств и множество других актов насилия. Судя по этой статистике, мы можем смело сделать вывод, что просмотр насилия по телевидению действительно содействует, по крайней мере косвенно, агрессии, что прямо ведет к межличностным проблемам. Более того, результаты статистических и экспериментальных исследований (приведенные выше) позволяют сделать вывод, что просмотр насилия по телевидению снижает чувствительность зрителей к агрессии, ослабляет сдерживающие агрессию силы и изменяет их восприятие действительности.

Если мы допустим, что насилие в средствах массовой информации может увеличить вероятность агрессивных поступков, особенно среди молодых зрителей, какие шаги мы можем предпринять против агрессивного поведения? Бандура дал много рекомендаций [Bandura, 1973]. Он предложил, например, чтобы на личном уровне родители моделировали неагрессивные формы поведения для своих детей, поощряли неагрессивное поведение. К этой идее стоит прислушаться, так как Бандура полагает, что в повседневной жизни агрессивные модели чаще всего встречаются в семье [Bandura, 1979]. К тому же он настаивает на том, чтобы родители пытались оградить своих детей от насилия по телевидению, заранее оценивая содержание таких программ. Бандура далее рекомендует родителям смотреть телевизионные программы вместе с детьми и комментировать их с тем, чтобы они были восприимчивы, а не равнодушны к злу и страданиям, вызываемым актами насилия. В то же время Бандура не предполагает наивно, что его рекомендации сами собой устранят проблему: «Как и для многих других проблем, стоящих перед людьми, нет простого способа понижения уровня разрушительных сил в обществе. Это требует и индивидуальных корректирующих усилий, и усилий группового действия, направленных на изменение функционирования социальной системы» [Bandura, 1973, p. 323].

Самоэффективность: как научиться преодолевать свои страхи

Бандура постоянно направляет свои усилия на развитие методов терапевтического изменения поведения и разработку единой теории поведенческих изменений. Фактически он теперь утверждает, что «о ценности теории можно в конечном итоге судить по ее полезности, которая доказывается результативностью методов воздействия на психологические изменения» [Bandura, 1986, p. 4]. Делая акцент

на развитии методик изменения поведения, Бандура твердо полагает, что их клиническое применение должно основываться на понимании принципов, лежащих в их основе, а также соответствующих проверках эффективности воздействия этих методик.

Как концептуализируется процесс терапевтического изменения поведения с социально-когнитивной точки зрения? Не следует удивляться, что изменение осознанной способности противостоять угрожающим или аверсивным ситуациям и справляться с ними играет важную роль в терапевтических методиках этого направления. Собственно говоря, Бандура делает предположение, что эффективность терапии, какие бы методы ни применялись, определяется прежде всего ее способностью повышать *осознанную самоэффективность* клиента [Bandura, 1982, 1986]. Далее он утверждает, что старание и настойчивость клиента перед лицом препятствий и неудач регулируется ожиданием эффективности. Повышенные ожидания личной эффективности позволяют клиенту предпринимать различные шаги, которые имеют важное значение для улучшения психосоциального функционирования.

Изменение восприятия самоэффективности как когнитивный механизм, лежащий в основе терапевтического изменения поведения, получает особое применение в проблеме, связанной со страхами и тревогой. Проводились десятки исследований, в которых клиенты с фобиями (то есть специфическими и иррациональными страхами) получали лечение, направленное на повышение их уровня осознания самоэффективности [Bandura,Adams,1977; Bandura et al.,1977; Bandura,Schunk, 1981; Bandura et al.,1982; DiClemente,1981; Gauthier, Ladouceur,1981]. В качестве иллюстрации рассмотрим один эксперимент [Bandura et al.,1982],в котором испытуемые с сильной боязнью пауков, набранные по объявлению в газете, имели либо низкую, либо среднюю эффективность. Четырнадцать испытуемых, все женщины, искали помощи, так как они были измучены и выведены из строя своими воображаемыми страхами. В некоторых случаях, например, если они замечали паука у себя в доме, они убегали и не возвращались, пока сосед не направлял на него струю инсектицида. Другие, заметив паука в автомашине, которую они вели, выпрыгивали из нее. А третьи не могли войти туда, где они раньше видели паука или вообразили себе, что он там может быть.

Сначала испытуемым был предложен *тест на поведение избегания*. Тест состоял из 18 заданий (табл. 8–2), требующих постепенно все более угрожающих взаимодействий с большим пауком. Предварительные исследования показали, что именно этот вид паука наиболее страшен людям с паукобоязнью. Задания были ранжированы от дистантных (приблизиться к пауку, находящемуся в пластиковой чашке) до контактных (позволить пауку ползти по коленям). Выполняя тест на поведение избегания, испытуемые вслух, по 10-балльной шкале, сообщали об интенсивности своего страха в предвидении каждого задания и во время выполнения соответствующих действий. Вдобавок испытуемым дали перечень всех 18 заданий и попросили отметить на 100-балльной шкале степень их уверенности в возможности выполнить задание. Единица указывала на отсутствие эффективности данного поведения, а 100 — полную уверенность в выполнении задания. О самоэффективности испытуемых можно было судить по количеству заданий, в которых они оценили степень эффективности в 20 баллов или выше по 100-балльной шкале.

Таблица 8–2. **Примеры заданий теста Бандуры на поведение избегания**

Приблизиться к пластиковой чашке, в которой находится паук
Посмотреть на паука
Положить обнаженные руки внутрь чашки
Позволить пауку ползти свободно по стулу, стоящему рядом
Позволить пауку ползти по рукам в перчатках
Позволить пауку ползти по голым рукам
Позволить пауку ползти по предплечью
Взять паука голыми руками
Позволить пауку ползти по коленям

Источник: Bandura, Reese, Adams, 1982, p. 13.

Далее испытуемых объединили в группы на основе поведения избегания (с низкой и средней эффективностью) и случайным образом составили пары, в которые входило по одному человеку из каждой группы. Женщина-экспериментатор при помощи большого паука, значительно отличающегося по форме и цвету от того, который был использован в первоначальном тесте на поведение избегания, стимулировала либо низкий, либо средний уровень эффективности. Каждой из испытуемых предлагалось сначала посмотреть на паука, помещенного в стеклянную пробирку, чтобы привыкнуть к его виду и движениям. Затем экспериментатор смоделировала несколько угрожающих действий, которые наблюдали испытуемые — сначала на значительном расстоянии, а потом близко (например, экспериментатор поместила паука в пластиковую чашку и толкала его пальцем, когда он бежал). Затем она извлекла паука из чашки и показала, как обращаться с ним, когда он бежал по рукам, предплечью и верхней части тела. Наконец, она показала, как еще можно контролировать свободно передвигающегося паука, поместив его на полотенце, накинутое на стул, и взяв в ладонь.

Чтобы показать, как можно еще легко контролировать паука, экспериментатор выпустила его на пол и позволила ползать в поисках убежища. Затем она поймала его, накрыв чашкой и просунув тонкую карточку под нее — тем самым продемонстрировав, насколько легко было поймать и перенести паука в более гостеприимное для него место за пределами дома. Эти эпизоды лечения завершились переходом испытуемых в вестибюль, где была паутина. Здесь экспериментатор смоделировала любопытство по поводу места обитания паука.

Через определенные промежутки времени во время моделирования каждая из испытуемых отмечала на шкале эффективности, состоящей из 18 пунктов, задания, которые она могла бы выполнить, и степень своей эффективности. Эти пробы самоэффективности повторялись до тех пор, пока каждая из испытуемых не достигла заранее выбранного уровня эффективности, к которому она была отнесена (низкий или средний уровень). Испытуемых с *низким уровнем эффективности* лечили до тех пор, пока они не смогли позволять пауку свободно ползать по стулу, поставленному рядом, и класть голые руки в чашку, в которой был паук. Испытуемые со *средней эффективностью* лечились, пока не достигли физического контакта с пауком, держа его в перчатке, надетой на руку, или без

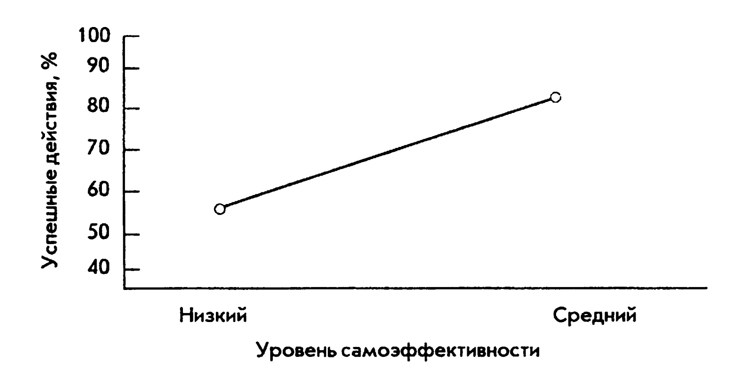


Рис. 8–4. *Средние показатели результатов теста на поведение избегания у испытуемых с низким и средним уровнями самоэффективности после лечения по методике индукции эффективности.*
(Источник: адаптировано из Bandura, Reese, Adams, 1982, p. 14)

нее. После того, как испытуемые достигли назначенного уровня эффективности, первоначально проведенные тесты на поведение избегания и возникновение страха были повторены. В соответствии с оценкой, проведенной после лечения, испытуемые в условиях низкой эффективности поднялись на средний уровень путем дальнейшего моделирования, и вновь были сделаны замеры их поведения и страха. Наконец, в завершении эксперимента все испытуемые сами моделировали поведение, пока не достигли максимальной эффективности.

Как показано на рис. 8–4, испытуемые, отнесенные к группе с низкой эффективностью, достигли низких результатов по тесту на поведение избегания после лечения, а те, кто имел среднюю эффективность, достигли средних результатов после лечения. Далее все результаты поведения испытуемых были оценены сначала на низком уровне эффективности, а затем когда они были на среднем уровне (напомним, что группа с низким уровнем поднялась на средний уровень в конце основной части эксперимента). Как показано на рис. 8–5, существует прямая связь между результатами достижений, когда испытуемые были на низком уровне эффективности и когда те же испытуемые были на среднем уровне. В этом эксперименте [Bandura et al., 1982] также было обнаружено почти полное соответствие между суждениями испытуемых о собственной эффективности и уровнем их достижений. Если испытуемая говорила, что она не может даже посмотреть на паука внутри пластиковой чашки, ей редко удавалось преодолеть свой страх. Наконец, уровень возникновения страха (сопровождающий выполнение угрожающих заданий), о котором сообщали испытуемые, соответствовал почти полностью уровню самоэффективности. Если испытуемая была высокого мнения о своей эффективности в каждом отдельном задании, у нее почти не было опасений по поводу будущих результатов, и страх был меньше, когда она выполняла задание. Если, однако, испытуемая была невысокого мнения о своей эффективности, она испытывала значительные опасения по поводу выполнения заданий, и во время выполнения ее страх был велик.

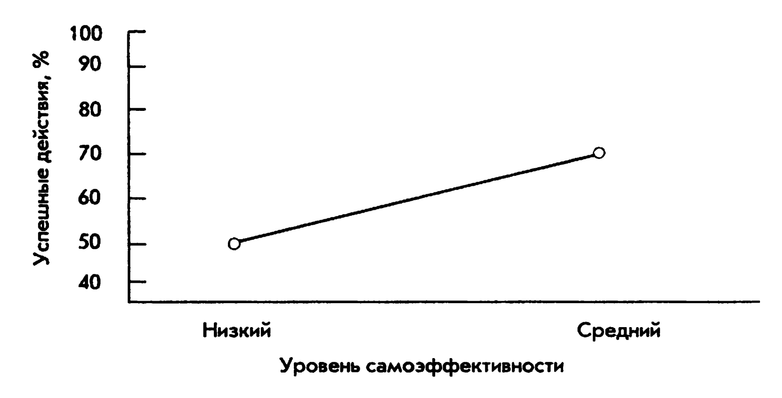


Рис. 8—5. *Средние показатели результатов теста на поведение избегания у испытуемых одной группы, когда они были на низком и среднем уровнях эффективности.*
(Источник: адаптировано из Bandura, Reese, Adams, 1982, p. 14)

Значение осознания эффективности было подтверждено в разнообразных исследованиях страха, включая боязнь змей [Bandura et al., 1977], боязнь инъекций, операций и зубоврачебного кабинета [Melamed, Siegel, 1975; Melamed et al., 1975], страх перед экзаменами [Cooley, Spiegler, 1980; Sarason, 1975]. Сходным образом в области, относящейся к здоровью, когнитивные стратегии, направленные на увеличение самоэффективности, оказались способны помочь людям в следующих задачах: бросить курить [Becona et al., 1988; Wojcik, 1988]; похудеть [Weinberg et al., 1984]; повысить переносимость боли [Barrios, 1985]; выполнять врачебные предписания, такие как реабилитационные упражнения [Kaplan et al., 1984]. Бандура делает обзор таких исследований, как доказательство своего более общего утверждения, что изменения в ожиданиях эффективности содействуют изменению стиля жизни [Bandura, 1986].

Теперь давайте обратимся к важному применению социально-когнитивной теории: стратегии самоконтроля для модификации проблемного поведения.

ПРИМЕНЕНИЕ: «ВЛАСТЬ ЧЕЛОВЕКУ» — САМОРЕГУЛИРУЕМОЕ ИЗМЕНЕНИЕ

Люди всегда заинтересованы в том, чтобы самостоятельно управлять своей жизнью. К сожалению, однако, далеко не все имеют адекватные навыки самоконтроля и поэтому живут не столь эффективно, как могли бы. Например, некоторые едят слишком много, другие курят или пьют слишком много, третьим никак не удается регулярно заниматься гимнастикой, а у кого-то отсутствуют навыки обучения. Большинство этих людей, если не все, хотели бы изменить нежелательное поведение, но просто не знают, как это сделать. Одни полагаются на «силу воли», а другие ищут профессиональную помощь, часто недоступную. Однако в социально-когнитивной теории заложено понятие *самоконтроля* — эмпирически обоснованного средства стойкого достижения более желательных паттернов

поведения — то, что иначе можно назвать «власть человеку». И вполне возможно, будущие исследования докажут, что самоконтроль является самым далеко идущим практическим применением теории Бандуры.

Самоконтроль поведения

Говорят, что самоконтроль проявляется всякий раз, когда «данное поведение человека имеет меньшую вероятность проявления с точки зрения его предыдущего поведения, чем другая возможная реакция» [Mahoney, Thoresen, 1974, p. 22]. Например, самоконтроль имеет место, если вы раньше курили, а теперь нет, или если вы слишком много ели в прошлом, а теперь установили для себя более умеренную и разумную диету. При самоконтроле желаемая реакция (некурение, умеренное питание) часто сопровождается непосредственно неприятными, но в конечном итоге желаемыми последствиями, а альтернативные реакции (курение, чрезмерное питание) дают приятные, но в конечном итоге аверсивные результаты.

С социально-когнитивной точки зрения, самоконтроль не существует исключительно в рамках только внутренних (например, сила воли) или только внешних (например, подкрепление в скиннеровском понимании) сил. Он проявляется в тщательно спланированном взаимодействии человека с окружением. Чтобы узнать, как происходит этот процесс, давайте рассмотрим пять основных ступеней, которые могут быть особенно полезны в попытке улучшить самоконтроль.

Основные шаги самоконтроля

Уотсон и Тарп [Watson, Tharp, 1989] предположили, что процесс поведенческого самоконтроля состоит из пяти основных шагов. Они включили в него определение формы поведения, на которое надо воздействовать, сбор основных данных, разработку программы для увеличения или уменьшения частоты поведения-мишени, выполнение и оценку программы и завершение программы.

1. Определение формы поведения. Начальная ступень самоконтроля — определение точной формы поведения, которое требуется изменить. К сожалению, этот решающий шаг бывает много сложнее, чем можно подумать. Многие из нас стремятся представить наши проблемы в терминах неопределенных негативных личностных особенностей, и требуется немало усилий, чтобы ясно описать специфическое открытое поведение, которое заставляет нас думать, что у нас эти особенности есть. Если женщину спросить, что ей не нравится в ее поведении, то в ответ можно услышать: «Я чересчур язвительна». Это может быть истинной правдой, но это не поможет создать программу изменения поведения. Для того, чтобы подойти к проблеме эффективно, нам нужно перевести неопределенные высказывания о личностных особенностях в точные описания специфических реакций, которые иллюстрируют эти особенности. Значит, женщина, полагающая, что она «слишком язвительна», могла бы назвать два примера характерных реакций высокомерия, которые демонстрировали бы ее сарказм, скажем, принижение мужа на людях и отчитывание детей. Это и составляет специфическое поведение, над которым она может работать по составленной ею программе самоконтроля.



Развитие программы самоконтроля позволяет людям улучшить их физическое состояние.
(Margaret Thompson/The Picture Cube)

2. Сбор основных данных. Второй шаг самоконтроля — сбор основной информации о факторах, воздействующих на поведение, которое мы хотим изменить. Фактически мы должны стать чем-то вроде ученого, не только отмечающего собственные реакции, но также регистрирующего частоту их появления с целью обратной связи и оценки. Итак, человек, который пытается меньше курить, может подсчитывать число сигарет, выкуренных в день или в течение определенного отрезка времени. Также человек, пытающийся похудеть, систематически заполняет таблицу с результатами ежедневного взвешивания в течение нескольких месяцев. Как видно из этих примеров, в социально-когнитивной теории сбор точных данных о поведении, которое требуется изменить (с использованием какой-то подходящей единицы измерения), совсем не похож на глобальное самопонимание, акцентируемое в других терапевтических методиках. Это относится и к установке Фрейда на проникновение в бессознательные процессы, и к постулируемой в йоге и дзен необходимости концентрации внимания на внутреннем опыте. Логическое обоснование, лежащее в основе этого шага самоконтроля, заключается в том, что человек должен сначала четко определить повторяемость специфического поведения (в том числе ключевые раздражители, выявляющие его, и последствия), прежде, чем он сможет успешно изменить его.

3. Разработка программы самоконтроля. Следующим шагом по изменению своего поведения является разработка программы, которая эффективно изменит повторяемость специфического поведения. Согласно Бандуре, изменение частоты

повторяемости этого поведения можно достичь несколькими путями. В основном это самоподкрепление, самонаказание и планирование окружения.

а) Самоподкрепление. Бандура полагает, что если люди хотят изменить свое поведение, они должны постоянно поощрять себя за то, что поступают желаемым образом. Хотя основная стратегия довольно проста, есть некоторые соображения по разработке эффективной программы самоподкрепления. Во-первых, так как поведение контролируется его последствиями, оно обязывает человека организовать эти последствия заранее, чтобы воздействовать на поведение желаемым образом. Во-вторых, если в программе самоконтроля самоподкрепление является предпочтительной стратегией, необходимо выбрать подкрепляющий стимул, который реально доступен человеку. В программе, разработанной для того, чтобы улучшить поведение обучения, например, студентка могла бы слушать любимые аудиозаписи вечером, если днем она занималась четыре часа. И кто знает? В результате, возможно, ее отметки также улучшатся — что станет более открытым позитивным поощрением! Подобно этому, в программе, нацеленной на увеличение физической нагрузки, человек мог бы тратить 20 долларов на одежду (саморегулируемый подкрепляющий стимул), если он ходил по 10 миль в течение недели (контролируемое поведение).

б) Самонаказание. Для того, чтобы уменьшить повторяемость нежелательного поведения, можно также выбрать стратегию самонаказания. Однако существенный недостаток наказания состоит в том, что многие считают трудным постоянно наказывать себя, если им не удается добиться желаемого поведения. Чтобы справиться с этим, Уотсон и Тарп рекомендуют помнить два руководящих указания [Watson, Tharp, 1989]. Во-первых, если проблемой являются навыки обучения, курение, чрезмерное питание, пьянство, застенчивость или еще что-то, лучше использовать наказание вместе с позитивным самоподкреплением. Сочетание аверсивных и приятных саморегулируемых последствий по всей вероятности поможет выполнению программы изменения поведения. Во-вторых, лучше использовать относительно мягкое наказание — это повысит вероятность того, что оно действительно будет саморегулируемым.

в) Планирование окружения. Для того, чтобы нежелательные реакции встречались реже, надо изменить окружение так, чтобы либо изменились стимулы, предшествующие реакции, либо последствия этих реакций. Чтобы избежать искушения, человек может уклониться от искушающих ситуаций, во-первых, или, во-вторых, наказать себя за то, что поддался им.

Знакомая всем ситуация, когда тучные люди пытаются ограничить питание, служит прекрасным примером. С точки зрения социально-когнитивной теории, чрезмерное питание является не чем иным, как вредной привычкой — это прием пищи без физиологической потребности в ответ на ключевой раздражитель окружения, который поддерживается немедленными приятными последствиями. При помощи тщательного самоконтроля можно определить ключевые стимулы чрезмерного питания (например, поглощение пива и жевание соленых крекеров во время просмотра телепередач или повышенный аппетит при эмоциональном расстройстве). Если эти ключевые раздражители точно установлены, становится возможным отделить от них реакцию приема пищи. Так, человек может пить диетическую содовую воду или ничего не есть и не пить, когда смотрит телевизор, или

развивать альтернативные реакции на эмоциональное напряжение (например, мышечная релаксация или медитация).

4. Выполнение и оценка программы самоконтроля. После того как разработана программа самомодификации, следующий логический шаг — выполнить ее и приспособиться к тому, что кажется необходимым. Уотсон и Тарп предупреждают, что для успеха бихевиоральной программы необходима постоянная бдительность во время промежуточного периода, чтобы не возвратиться вновь к старым саморазрушительным формам поведения [Watson, Tharp, 1989]. Великолепным средством контроля является *договор с самим собой* — письменное соглашение с обещанием придерживаться желаемого поведения и использовать соответствующие поощрения и наказания. Условия такого договора должны быть ясными, последовательными, позитивными и честными. Также необходимо периодически пересматривать условия договора, чтобы удостовериться в их разумности: многие сначала устанавливают нереалистично высокие цели, что часто приводит к излишним затруднениям и пренебрежению программой самоконтроля. Чтобы сделать программу максимально успешной, в ней должен участвовать по крайней мере еще один человек (супруга, друг). Оказывается, это заставляет людей более серьезно относиться к программе. Также и последствия должны быть детально определены в договоре в терминах поощрений и наказаний. И наконец, поощрения и наказания должны быть немедленными, систематическими и иметь место фактически — не оставаться просто устными обещаниями или высказываемыми намерениями.

Уотсон и Тарп отмечают несколько наиболее общих ошибок в выполнении программы самоконтроля [Watson, Tharp, 1989]. Это ситуации, когда человек а) пытается выполнить слишком много, слишком быстро, установив нереальные цели; б) позволяет длительную отсрочку поощрения соответствующего поведения; в) устанавливает слабые поощрения. Соответственно, эти программы оказываются недостаточно эффективными.

5. Завершение программы самоконтроля. Последний шаг в процессе разработки программы самоконтроля — уточнение условий, при которых она считается завершенной. Другими словами, человек должен точно и обстоятельно определить конечные цели — регулярное выполнение физических упражнений, достижение установленного веса или прекращение курения в предусмотренный промежуток времени. Вообще говоря, полезно завершать программу самоконтроля, постепенно снижая частоту поощрений за желаемое поведение.

Успешно выполненная программа может просто исчезнуть сама по себе или с минимальными сознательными усилиями со стороны человека. Иногда человек может сам решить, когда и как закончить ее. В конечном итоге, однако, целью является формирование новых улучшенных форм поведения, которые сохраняются навсегда — например, таких навыков, как прилежно учиться, не курить, регулярно заниматься физическими упражнениями и правильно питаться. Конечно, человеку нужно всегда быть готовым восстановить стратегии самоконтроля, если вновь появятся неадаптивные реакции.

Итак, мы видим, что теория Альберта Бандуры предлагает богатые возможности для научно обоснованного самоконтроля — возможности, которые только сейчас начали понимать. Теперь переключим наше внимание на Джулиана Роттера и его социально-научающую теорию личности.

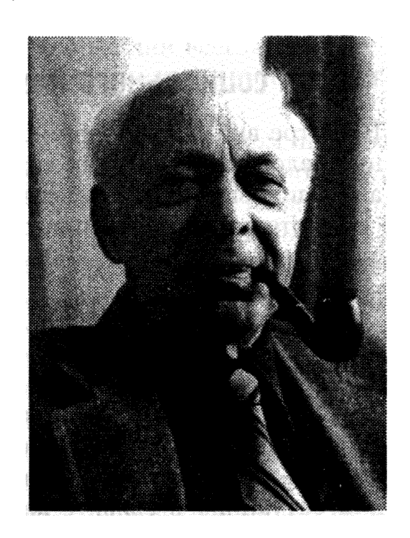
ДЖУЛИАН РОТТЕР: ТЕОРИЯ СОЦИАЛЬНОГО НАУЧЕНИЯ

В то время, конец 1940-х — начало 1950-х годов, когда Джулиан Роттер начал создавать свою теорию, наиболее значимыми направлениями были психоаналитическая и феноменологическая теории личности. По мнению Роттера, оба этих подхода содержали концепции, недостаточно определенные, и поэтому он решил ввести ясную и точную терминологию. Он пытался развить концептуальную структуру, включающую четко определенные термины и гипотезы, которые можно проверить. Он также намеревался построить теорию, которая подчеркивала бы роль мотивационных и когнитивных факторов в научении человека. Наконец, Роттер хотел создать теорию, которая подчеркивала бы понимание поведения в контексте социальных ситуаций. Его *теория социального научения* — это попытка объяснить, как научаются поведению путем взаимодействия с другими людьми и элементами окружения. Говоря словами Роттера: «Это теория социального научения, потому что она подчеркивает тот факт, что главным или основным типам поведения можно научиться в социальных ситуациях, и эти типы поведения сложным образом соединены с нуждами, требующими удовлетворения в посредничестве с другими людьми» [Rotter, 1954, p. 84].

Сосредоточив внимание на том, как научаются поведению в социальном контексте, Роттер, кроме того, полагал, что в основном поведение определяется нашей уникальной способностью думать и предвидеть. По его утверждению, предсказывая, что люди будут делать в определенной ситуации, мы должны принять во внимание такие когнитивные переменные, как восприятие, ожидание и ценности. Также в теории Роттера существует положение, что поведение человека *целенаправленно*, то есть люди стремятся двигаться к ожидаемым целям [Rotter, 1982]. По Роттеру, поведение человека определяется ожиданием, что данное действие приведет, в конечном итоге, к будущим поощрениям. Интеграция концепций ожидания и подкрепления в рамках одной и той же теории — уникальное свойство системы Роттера. Подобно Бандуре, Роттер развил теорию функционирования человека, которая стоит на позициях, совершенно отличных от радикального бихевиоризма Скиннера.

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Джулиан Бернард Роттер (Julian Bernard Rotter) родился в Бруклине, Нью-Йорк, в 1916 году. Он был третьим сыном у родителей, еврейских иммигрантов. Помня обязательство отдать должное «учителю, который больше всех повлиял на мой интеллект», Роттер выразил признательность библиотеке на авеню Джей в Бруклине, где он провел много времени, будучи школьником и студентом [Rotter, 1982]. Он был жадным читателем. Однажды, исследуя стеллажи с книгами в поисках чего-нибудь новенького, он наткнулся на книги Адлера и Фрейда. Таким образом зародился его интерес к психологии, и Роттер впоследствии изучал ее в Бруклинском коллежде, но только факультативно. Основным предметом для него была химия, потому что «не было профессии в психологии, о которой я знал»



Джулиан Роттер (род. 1916).

[Rotter, 1982, p. 343]. В первые годы обучения в колледже Роттер узнал, что Альфред Адлер преподает в Лонг-Айлендской медицинской школе. Вскоре он начал посещать лекции Адлера, и в конце концов тот пригласил Роттера присутствовать на ежемесячных встречах Общества индивидуальной психологии, которые Адлер проводил у себя дома.

Продолжая обучение, Роттер в 1937 году поступил в Университет штата Айова, чтобы закончить образование по психологии. Он получил степень магистра гуманитарных наук в Айове в 1938 году и докторскую степень по клинической психологии в Университете штата Индиана в 1941 году. Во время второй мировой войны Роттер работал психологом в армии США. В 1946 году он стал работать в Государственном университете Огайо, где впоследствии сменил Джорджа Келли на посту директора клинической психологической программы. Когда Роттер занимал должность в штате Огайо, он опубликовал свою наиболее известную работу «Социальное научение и клиническая психология» (1954).

В 1963 году Роттер занял должность профессора в Коннектикутском университете. Там он также был директором программы по обучению клинической психологии и получил диплом клинического психолога от Американской коллегии экспертов в профессиональной психологии. За время своей работы Роттер написал много статей, глав, книг и руководств по тестам. В 1972 году в соавторстве с Джун Чэнс (June Chance) и Джерри Фаресом (Jerry Phares) он опубликовал «Приложения социально-научающей теории личности». В соавторстве с Дороти Хохрейх (Dorothy Hochreich) была написана «Личность» (1975). Главу «Теория социального научения» можно найти в книге «Ожидания и действия: модели ожидаемой ценности в психологии» [Feather, 1981], это превосходный обзор его теоретической позиции. Последнее изложение его идей появилось в книге «Развитие и приложения теории социального научения» (1982). Несмотря на то, что Роттер ушел на пенсию в 1987 году, он продолжает писать и выполнять функции научного руководителя студенческих дипломных работ. Он и его жена постоянно живут в Сторсе, штат Коннектикут.

ТЕОРИЯ СОЦИАЛЬНОГО НАУЧЕНИЯ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

В центре внимания теории социального научения Роттера лежит прогноз поведения человека в сложных ситуациях. Роттер полагает, что нужно тщательно проанализировать взаимодействие четырех переменных. Эти переменные включают в себя потенциал поведения, ожидание, ценность подкрепления и психологическую ситуацию.

Потенциал поведения

Роттер утверждает, что ключ к предсказанию того, что человек будет делать в данной ситуации, лежит в понимании *потенциала поведения*. Под этим термином понимается вероятность данного поведения, «встречающегося в какой-то ситуации или ситуациях в связи с каким-то одним подкреплением или подкреплениями» [Rotter et al., 1972, p. 12]. Представим, например, что кто-то оскорбил вас на вечеринке. Как вы отреагируете? С точки зрения Роттера, есть несколько ответных реакций. Вы можете сказать, что это переходит все границы, и потребовать извинения. Вы можете не обратить внимания на оскорбление и перевести разговор на другую тему. Вы можете ударить обидчика по лицу или просто уйти. Каждая из этих реакций имеет свой потенциал поведения. Если вы решаете не обращать внимания на оскорбителя, это означает, что потенциал этой реакции сильнее, чем у любой другой возможной реакции. Очевидно, что потенциал каждой реакции может быть сильным в одной ситуации и слабым в другой. Пронзительные крики и вопли могут иметь высокий потенциал в боксерском матче, но очень слабый — на похоронах (по крайней мере в американской культуре).

Концепция поведения Роттера включает в себя фактически все виды человеческой активности в ответ на ситуацию-стимул, которые только каким-то образом можно обнаружить и измерить. Сюда входят пронзительные крики, надутый вид, плач, смех и драка. Планирование, анализирование, обучение, логическое обоснование и промедление оцениваются так же. Короче говоря, поведение состоит «из моторных акций, познания, вербального поведения, невербально выраженного поведения, эмоциональных реакций и так далее» [Rotter, Hochreich, 1975, p. 96].

Ожидание

По Роттеру, *ожидание* относится к субъективной вероятности того, что определенное подкрепление будет иметь место в результате специфического поведения. Например, прежде чем вы решите, идти вам на вечеринку или нет, вы, по всей видимости, попытаетесь вычислить вероятность того, что хорошо проведете время. Также, решая, готовиться ли к экзамену в выходные дни, вы, скорее всего, спросите себя, помогут ли вам эти занятия лучше сдать экзамен. С точки зрения Роттера, величина силы ожидания может варьировать от 0 до 100 (от 0% до 100%) и в целом основана на предыдущем опыте такой же или подобной ситуации. Таким образом, если вы никогда не наслаждались вечеринкой, ожидание, что вы получите от нее

удовольствие, очень мало. Также, если занятия в выходные дни всегда помогали вам лучше сдать экзамен, вероятно, у вас будет высокое ожидание того, что вы вновь получите хорошую отметку.

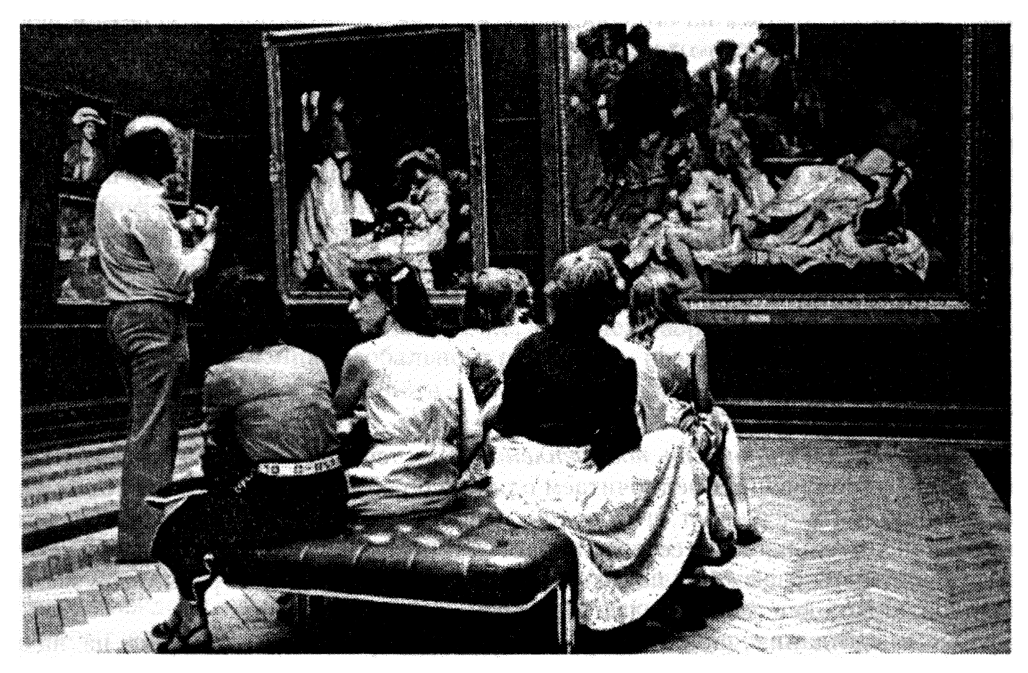
Концепция ожидания Роттера ясно говорит о том, что если в прошлом люди за поведение в данной ситуации получали подкрепление, они чаще всего повторяют это поведение. Например, если вы всегда прекрасно проводили время на вечеринках, то, по всей вероятности, вы согласитесь принять приглашение на выходной день. Но как может ожидание объяснить поведение в ситуации, с которой мы столкнулись в первый раз? По Роттеру, в этом случае ожидание основывается на нашем опыте в похожей ситуации. Недавний выпускник колледжа, получивший похвалу за то, что в выходные дни работал над семестровой контрольной, вероятно, ждет, что будет поощрен, если в выходные дни закончит доклад для своего начальника. Этот пример показывает, как ожидание может привести к постоянным формам поведения, независимо от времени и ситуаций. Фактически Роттер говорит о том, что стабильное ожидание, генерализованное на основе прошлого опыта, действительно объясняет стабильность и единство личности. Однако следует заметить, что ожидание не всегда соответствует реальности. У некоторых людей, например, могут быть нереально высокие ожидания относительно своих успехов, вне зависимости от ситуации. А другие могут быть настолько неуверенными, что постоянно недооценивают свои шансы на успех в данной ситуации. В любом случае, Роттер утверждает, что если мы хотим точно прогнозировать поведение индивида, нам следует полагаться на его собственную субъективную оценку успеха и неудачи, а не на оценку кого-то другого.

Роттер делает различие между теми ожиданиями, которые специфичны для одной ситуации, и теми, которые являются наиболее общими или применимыми к ряду ситуаций [Rotter, 1966]. Первые, называемые *специфическими ожиданиями*, отражают опыт одной конкретной ситуации и неприменимы к прогнозу поведения. Последние, называемые *генерализованными ожиданиями*, отражают опыт различных ситуаций и очень подходят для изучения личности в роттеровском понимании. Позже в этом разделе мы рассмотрим генерализованное ожидание, называемое *интернально-экстернальный локус контроля*.

Ценность подкрепления

Роттер определяет *ценность подкрепления* как степень, с которой мы при равной вероятности получения предпочитаем одно подкрепление другому. Используя эту концепцию, он утверждает, что люди различаются по своей оценке важности той или иной деятельности и ее результатов. При возможности выбора для некоторых посмотреть баскетбол по телевидению важнее, чем поиграть с друзьями в бридж. Также одни любят долгие прогулки, а другие — нет.

Как и ожидания, ценность различных подкреплений основана на нашем предыдущем опыте. Более того, ценность подкрепления определенной деятельности может меняться от ситуации к ситуации и с течением времени. Например, социальный контакт, вероятно, будет иметь большую ценность, если мы одиноки, и меньшую, если мы не одиноки. Тем не менее Роттер утверждает, что существуют относительно устойчивые индивидуальные различия в нашем предпочтении



Люди расходятся во мнениях по поводу ценности подкрепления, связанного с различной деятельностью. При возможности выбора одни предпочитают футбольный матч, а другие — музей изящных искусств.
(Фотографии: наверху — Jock Pottle/Design Conceptions; внизу — Kent Reno/Jerboam)

одного подкрепления другому. Некоторые люди всегда берут бесплатные билеты в кино, а не на оперный спектакль. Соответственно формы поведения также можно проследить в относительно устойчивых эмоциональных и когнитивных реакциях на то, что составляет основную поощряемую деятельности в жизни.

Следует подчеркнуть, что в теории Роттера ценность подкрепления не зависит от ожидания. Иначе говоря: то, что человек знает о ценности отдельного подкрепления, ни в коей мере не показывает степень ожидания этого подкрепления. Студент, например, знает, что хорошая успеваемость имеет высокую ценность, и все же ожидание получить высокие оценки может быть низким из-за отсутствия у него инициативы или способностей. По Роттеру, ценность подкрепления соотносится с мотивацией, а ожидание — с познавательными процессами.

Психологическая ситуация

Четвертой и последней переменной, используемой Роттером для прогноза поведения, является *психологическая ситуация* с точки зрения индивидуума. Роттер утверждает, что социальные ситуации таковы, какими их представляет наблюдатель. В этом смысле его точка зрения очень близка к феноменологическому подходу Карла Роджерса, который будет обсуждаться в главе 11. Как и Роджерс, Роттер осознает, что если данные обстоятельства окружения воспринимаются человеком определенным образом, то для него эта ситуация будет именно такой, какой он ее воспринимает, независимо от того, насколько странным покажется его трактовка другим.

Роттер подчеркивает важную роль ситуационного контекста и его влияние на поведение человека. Он строит теорию о том, что совокупность ключевых раздражителей в данной социальной ситуации вызывает у человека ожидание результатов поведения — подкрепления. Так, студентка может ожидать, что она плохо выступит на семинаре по социальной психологии, и в результате преподаватель поставит ей низкую оценку, а коллеги будут насмехаться над ней. Следовательно, мы можем прогнозировать, что она бросит учебу или предпримет какие-то другие действия, направленные на то, чтобы предотвратить ожидаемый неприятный результат.

Тема взаимодействия человека со значимым для него окружением глубоко заложена в роттеровском видении личности. Как *интеракционист,* он утверждает, что психологическую ситуацию нужно рассматривать наряду с ожиданиями и ценностью подкрепления, прогнозируя возможность любого альтернативного варианта поведения. Он присоединяется к мнению Бандуры, что личностные факторы и события окружения во взаимодействии лучше всего предсказывают поведение человека.

Основная формула прогноза поведения

Для того, чтобы предсказать потенциал данного поведения в специфической ситуации, Роттер [Rotter, 1967] предлагает следующую формулу:

Потенциал поведения = ожидание + ценность подкрепления.

Из этого уравнения видно, что, когда мы предсказываем вероятность данного поведения в некоей ситуации, нам следует использовать две переменные: ожидание

и ценность подкрепления. Рассмотрим следующий пример. Перед вами стоит выбор: идти утром в воскресенье в компьютерный центр или остаться в общежитии смотреть по телевизору чемпионат Национальной футбольной лиги. Возможно, мы сумеем предсказать, какой выбор вы сделаете, если мы знаем: 1) ценность подкреплений, связанных с каждой возможностью; 2) ожидание того, что каждая из возможностей приведет к соответствующим подкреплениям. Однако следует заметить, что основная формула Роттера представляет собой скорее гипотетическое, а не прагматическое средство прогноза поведения. Фактически он предполагает, что четыре переменные, которые мы только что рассмотрели (потенциал поведения, ожидание, подкрепление, психологическая ситуация), применимы только для прогноза поведения в условиях тщательного контроля, например, в психологическом эксперименте. Как мы увидим позже, Роттер использует более общую формулу для прогноза целенаправленного поведения в различных ситуациях, с которыми люди сталкиваются каждый день.

Потребности

Напомним, что Роттер рассматривает людей как целенаправленных индивидуумов. Он полагает, что люди стремятся максимизировать поощрение и минимизировать или избегать наказания. Более того, он утверждает, что цели определяют направление поведения человека в поисках удовлетворения основных потребностей. Следовательно, по утверждению Роттера, осознание целей и потребностей человека предусматривает более генерализованный прогноз, чем прогноз, который позволяют делать четыре переменные, описанные выше.

Роттер предполагает, что специфические цели обычно тесно связаны с более широкими категориями, понимаемыми как потребности. Концептуально *потребность* можно описать как набор различных типов поведения, которые схожим образом приобретают те же или подобные наборы подкреплений. Роттер рассматривает следующие шесть категорий потребностей, применимых к прогнозу поведения человека.

Статус признания. Это понятие относится к нашей потребности чувствовать себя компетентным в широком спектре областей деятельности, таких как школа, работа, физическая культура или общественная деятельность. Желание, чтобы другие признали вас интеллектуально одаренным, — пример потребности, включенной в эту категорию.

Защита—зависимость. Это понятие включает в себя потребность, чтобы кто-то защитил нас от неприятностей и помог достичь значимых целей. Просьба к членам семьи позаботиться о нас, когда мы больны, — пример такой потребности.

Доминирование. Это понятие включает в себя потребность влиять на жизнь других людей и иметь возможность организовывать последствия на основе такого контроля. Обращение к друзьям и соседям с призывом содействовать нашему любимому благотворительному учреждению иллюстрирует потребность доминирования.

Независимость. Это понятие относится к нашей потребности принимать самостоятельные решения и достигать цели без помощи других. Выпускник средней

школы, отказывающийся от советов, какой колледж выбрать, таким образом выражает потребность независимости. Любое поведение, предполагающее желание полагаться на свои собственные силы, отражает эту категорию потребностей.

Любовь и привязанность. Это понятие включает в себя потребность, чтобы вас принимали и любили другие люди. Ярким примером является молодая женщина, которая тратит много времени и усилий на заботу о друге-мужчине, надеясь, что он признается ей в любви.

Физический комфорт. Эта последняя категория включает в себя удовлетворение, связанное с физической безопасностью, хорошим здоровьем и свободой от боли. Роттер указывает, что все другие потребности приобретаются в результате их ассоциации с основными потребностями физического здоровья и удовольствия. Поведение, ведущее к сексуальному удовлетворению, иллюстрирует потребность физического комфорта.

Компоненты потребности

Роттер предполагает, что каждая категория потребностей состоит из трех основных компонентов: потенциал потребности, ценность потребности и свобода деятельности (включая минимальную цель). Эти три компонента аналогичны более специфическим концепциям потенциала поведения, ценности подкрепления и ожидания. В сочетании они также создают основу роттеровской формулы общего прогноза (обсуждаемой далее).

Потенциал потребности. *Потенциал потребности* относится к вероятности того, что данное поведение приведет к удовлетворению определенной категории потребностей, такой как любовь и привязанность. Примером потенциала потребности человека в любви и привязанности может служить ситуация, когда человек приносит своей жене сладости, чтобы заслужить ее одобрение, или звонит матери, чтобы узнать, как у нее дела в ответ на выражение ее привязанности. Функционально каждое такое поведение сконцентрировано на получении любви и привязанности от значимых других.

Ценность потребности. Понятие *ценности потребности* определяется Роттером как средняя ценность набора подкреплений. Напомним, что ценность подкрепления относится к относительному предпочтению определенного подкрепления при равной вероятности всех подкреплений. Ценность потребности расширяет это понятие, включая в него относительное предпочтение различных подкрепляющих стимулов, связанных с шестью категориями потребностей, описанными ранее. Рассмотрим, например, студента, который закончил среднюю школу и должен решить, посещать ли ему колледж, искать ли работу, вступить ли в армию или в течение года путешествовать по стране. Если наиболее ценным подкрепляющим стимулом для студента является социальный статус и мнение других, подтверждающее его компетентность, можно сказать, что его ценность потребности выше всего для подкреплений, связанных с признанием. Роттер полагает, что большинство людей демонстрируют разумный уровень постоянства в своем предпочтении подкреплений, относящихся к какой-то из шести категорий потребностей. Таким образом, для одного

14 Зак. 1212

человека наиболее предпочтительной категорией является потребность завоевать любовь и привязанность; для второго — потребность быть свободным от контроля других; для третьего — потребность проявлять власть над другими.

Свобода деятельности и минимальная цель. Роттеровская концепция *свободы деятельности* относится к ожиданию человека, что определенное поведение приведет к подкреплениям, связанным с одной из шести категорий потребностей. Это отражает субъективную вероятность того, что удовлетворяющие подкрепления появятся в результате выстраивания поведения. Например, если человек полагает, что жена вероятней всего не проявит радости, когда он принесет конфеты, а его мать отреагирует негативно на телефонный звонок, то можно сказать, что в этот момент у него низкая свобода деятельности по отношению к любви и привязанности. С точки зрения Роттера, низкая свобода деятельности вместе с высокой ценностью потребности приводит к сильной фрустрации индивида, который чувствует себя неэффективным в достижении важных целей. В более широком смысле Роттер утверждает, что плохая адаптация имеет место, когда человек присваивает высокую ценность удовлетворению отдельной потребности, но имеет очень низкую свободу деятельности, то есть невысокое ожидание успеха поведения, которое могло бы привести к удовлетворению этой потребности.

Уровень минимальной цели относится к низшей точке, в которой подкрепление продолжает восприниматься человеком позитивно. Иначе говоря, минимальная цель устанавливает разделительную линию между теми поощрениями, которые являются позитивными подкрепляющими стимулами, и теми, которые в какой-то степени являются наказанием. Так, для некоторых студентов «тройка» может рассматриваться как подкрепление — их минимальные цели низки в сфере потребности академической успеваемости. И напротив, для других только оценка «пять» будет подкреплением — можно сказать, что они имеют более высокую минимальную цель, чем первые студенты. По Роттеру, при отсутствии компетентности или навыков чрезвычайно высокий уровень минимальной цели увеличивает возможность неудачи. Также и чрезвычайно низкий уровень минимальной цели уменьшает вероятность выстраивания поведения, которое повысит компетентность или укрепит навык. С другой стороны, Роттер отмечает, что ценность потребности становится столь высокой, что она имеет преобладающее влияние на жизнь человека, исключая все остальное. Это может привести либо к искажению действительности, либо к неспособности различать ситуации. Например, у человека может быть настолько непреодолимая потребность нравиться, что он неразборчиво дарит дорогие подарки всем знакомым. Несомненно, такое поведение будет рассматриваться другими как довольно странное.

Важно повторить концепцию плохой адаптации Роттера. Для него сочетание высокой ценности потребности и низкой свободы деятельности — это общая причина плохой адаптации. Тенденция устанавливать явно завышенные цели способствует высокой ценности потребности и ведет к неизбежной фрустрации и неудаче. У людей с плохой адаптацией также низка свобода деятельности, потому что они ошибочно полагают, что у них нет навыков или информации, необходимой для достижения их целей. Роттер считает, что люди с плохой адаптацией часто ищут достижения целей в фантазиях или стараются защититься от риска потерпеть неудачу или избежать его.

Общая формула прогноза

Как указывалось выше, Роттер считает, что его основная формула ограничена прогнозом специфического поведения в контролируемых ситуациях, где подкрепления и ожидания относительно просты. Прогноз поведения в повседневных ситуациях, с его точки зрения, требует более обобщенной формулы. Поэтому Роттер предлагает следующую модель прогноза [Rotter, 1982]:

Потенциал потребности = свобода деятельности + ценность потребности.

Это уравнение показывает, что два отдельных фактора определяют потенциал выстраивания поведения, направленного на удовлетворение определенных нужд. Первый фактор — свобода деятельности человека или общее ожидание, что данное поведение приведет к удовлетворению потребности. Второй фактор — ценность, которую человек придает потребности, связанной с ожиданием или достижением каких-то целей. Проще говоря, роттеровская общая формула прогноза означает, что человек склонен стремиться к целям, достижение которых будет подкреплено, и ожидаемые подкрепления будут иметь высокую ценность. По мнению Роттера, при условии, что мы знаем эти факты, возможен точный прогноз в отношении того, как будет вести себя человек.

Общая формула прогноза также подчеркивает влияние генерализованного ожидания, что подкрепление будет иметь место в результате определенного поведения в разных ситуациях. Роттер определил два таких генерализованных ожидания: локус контроля и межличностное доверие. Локус контроля, обсуждаемый далее, это основа интернально-экстернальной шкалы Роттера, один из наиболее широко используемых параметров самоотчета в исследовании личности.

Интернальный и экстернальный локус контроля

Большая часть исследований, которые были проведены в соответствии с теорией Роттера, сосредоточивалась на личностной переменной, называемой *локус контроля* [Rotter, 1966, 1975]. Являясь центральным конструктом теории социального научения, локус контроля представляет собой обобщенное ожидание того, в какой степени люди контролируют подкрепления в своей жизни. Люди с *экстернальным* локусом контроля полагают, что их успехи и неудачи регулируются внешними факторами, такими как судьба, удача, счастливый случай, влиятельные люди и непредсказуемые силы окружения. «Экстерналы» верят в то, что они заложники судьбы. Напротив, люди с *интернальным* локусом контроля верят в то, что удачи и неудачи определяются их собственными действиями и способностями (внутренние, или личностные факторы). «Интерналы» поэтому чувствуют, что они в большей степени влияют на подкрепления, чем люди с экстернальной ориентацией локуса контроля.

Хотя веру в экстернальный или интернальный контроль можно рассматривать как черту личности в смысле индивидуальных различий, Роттер [Rotter, 1982] ясно показывает, что экстерналы и интерналы не есть «типы», поскольку каждый имеет характеристики не только своей категории, но и, в небольшой степени,

другой. Конструкт следует рассматривать как континуум, имеющий на одном конце выраженную «экстернальность», а на другом — «интернальность», убеждения же людей расположены на всех точках между ними, по большей части в середине. Иначе говоря, какие-то люди очень экстернальны, какие-то очень интернальны, а большинство находится между двумя экстремумами. Учитывая это, мы можем обратиться к измерению локуса контроля и некоторым важным психосоциальным характеристикам, связанным с индивидуальными различиями по этой важной величине.

Измерение локуса контроля. Хотя существует несколько способов измерения ориентации контроля, применимых к детям и взрослым, исследователями в этой области чаще всего используется «Шкала И-Э», созданная Роттером [Rotter, 1966]. Она состоит из 23 пар утверждений вынужденного выбора, с шестью дополнительными вопросами для того, чтобы замаскировать цели этого теста. Некоторые из утверждений представлены в табл. 8–3. Результаты обрабатывались на компьютере, и за каждый ответ, указывающий на экстернальную ориентацию, испытуемый получал один балл, и так по всем 23 парам. Результаты ранжируются от нуля до 23, причем самый высокий результат отражает высокую экстернальность. Исследователи, использующие шкалу И-Э, обычно определяли испытуемых, чьи результаты находились за крайними границами распределения (например, сверх 75 или ниже 25 процентилей). Эти испытуемые классифицировались либо как экстерналы, либо как интерналы, а те, чьи результаты занимали промежуточное положение, исключались из дальнейшего исследования. Затем исследователи продолжали искать различия между двумя крайними группами путем измерения других показателей самоотчета и/или поведенческих реакций.

Характеристики экстерналов и интерналов. Исследования, основанные на роттеровской шкале И-Э, показывают, что экстерналы и интерналы различаются не только по своему убеждению относительно того, где находится источник контроля их поведения [Strickland, 1989]. Одно из ключевых различий, отличающих экстерналов от интерналов — это способы, какими они ищут информацию об окружении. В нескольких исследованиях было показано, что интерналы с боль-

Таблица 8–3. **Пример утверждений вынужденного выбора интернально-экстернальной шкалы Роттера**

1.	а)	Часто оказывается, что то, что должно случится, случается. (Э)
	б)	Я никогда не полагаюсь на судьбу, принимая решения о том, поступать ли мне определенным образом. (И)
2.	а)	Как бы вы ни старались, кто-то все равно вас не любит. (Э)
	б)	Люди, которым не удается нравится другим, просто не понимают, как с ними себя вести. (И)
3.	а)	В конце концов, к людям относятся так, как они этого заслуживают. (И)
	б)	К сожалению, как бы человек ни старался, часто его достоинства остаются непризнанными. (Э)

Источник: Rotter, 1966, p. 11.

шей вероятностью, чем экстерналы, будут активно искать информацию о возможных проблемах здоровья [Strickland, 1979; Wallston, Wallston, 1981].

Интерналы также в большей степени, чем экстерналы предпринимают меры предосторожности, чтобы сохранить или поправить свое здоровье, например, бросают курить, начинают заниматься физическими упражнениями и регулярно показываются врачу [Strickland, 1978; Wallston, Wallston, 1982]. Объяснение таким последовательным фактам можно найти в раннем семейном опыте людей, когда они были детьми. А именно, Ло [Lau, 1982], сравнивая экстерналов и интерналов, обнаружил, что последние в большей степени поощрялись родителями, если следили за своим здоровьем — придерживались диеты, хорошо чистили зубы, регулярно показывались стоматологу и терапевту. В результате этого раннего опыта интерналы больше, чем экстерналы, знают о том, что может послужить причиной заболевания, и в большей мере заботятся о своем здоровье и благополучии.

Исследования также показывают, что у людей с экстернальным локусом контроля чаще бывают психологические проблемы, чем у людей с интернальным локусом контроля [Lefcourt, 1982, 1984; Phares, 1978]. Например, Фарес [Phares, 1976, 1978] сообщает, что тревога и депрессия у экстерналов выше, а самоуважение ниже, чем у интерналов. Также вероятность появления психических заболеваний у интерналов ниже, чем у экстерналов. Было даже показано, что уровень самоубийств позитивно коррелирует ($r = 0{,}68$) со средним уровнем экстернальности населения [Boor, 1976]. Почему экстернальность связывается с плохой адаптацией? Мы можем только рассуждать о том, что люди способны большего добиться в жизни, если они верят, что их судьба находится в их собственных руках. Это, в свою очередь, ведет к лучшей адаптации у интерналов, что было отмечено во многих исследованиях [Parkes, 1984].

И наконец, многочисленные исследования показывают, что экстерналы намного сильнее подвержены социальному воздействию, чем интерналы [Phares, 1978; Strickland, 1977]. Действительно, Фарес [Phares, 1965] обнаружил, что интерналы не только сопротивляются постороннему воздействию, но также, когда представляется возможность, стараются контролировать поведение других. Также интерналам обычно нравятся люди, которыми они могут манипулировать, и не нравятся те, на кого они не могут повлиять [Silverman, Shrauger, 1970]. Короче, интерналы, по-видимому, более уверены в своей способности решать проблемы, чем экстерналы, и поэтому независимы от мнения других.

Заключительные комментарии

Акцент Роттера на важности социальных и когнитивных факторов в объяснении научения человека расширяет границы традиционного бихевиоризма. Его теория исходит из того, что наиболее важные аспекты личности познаются в рамках социального контекста. Теория Роттера также дополняет теорию Бандуры, подчеркивая обоюдное взаимодействие человека и его окружения. Оба теоретика отвергают скиннеровскую точку зрения о том, что люди пассивно реагируют на внешние подкрепления. Как мы убедились, Роттер утверждает: люди способны осознавать, что определенное поведение именно в определенной, а не какой-то другой ситуации, вероятно, будет поощрено. К тому же, он рассматривает людей

как когнитивные создания, которые активно добиваются своих целей и создают стратегии поведения в течение жизни. И наконец, теория Роттера предлагает экономную и последовательную структуру для организации того, что известно о поведении человека. Сосредоточенные на ограниченном числе вполне определенных концепций и принципов функционирования личности, его идеи, несомненно, будут способствовать развитию персонологии. С другой стороны, за исключением исследования локуса контроля теория Роттера не дала начала никаким эмпирическим исследованиям, которых она вполне заслуживает.

РЕЗЮМЕ

Социально-когнитивное направление в изучении личности представлено двумя персонологами — Альбертом Бандурой и Джулианом Роттером.

Бандура описывает психологическое функционирование человека в терминах непрерывных взаимовлияний бихевиоральных, когнитивных и относящихся к окружающей среде факторов. В соответствии с этой концепцией поведения, люди не зависят целиком от контроля внешних сил и не являются свободными существами, которые могут делать все, что им захочется. Напротив, большое значение придается обоюдному взаимодействию поведенческих реакций и факторов, относящихся к окружению, — динамическому процессу, где когнитивные компоненты играют центральную роль в организации и регулировании деятельности человека.

Основная теоретическая концепция Бандуры — моделирование или научение через наблюдение. Ключевое положение о том, что моделирование генерирует научение в основном посредством своей информативной функции, ясно отражает когнитивную ориентацию мышления Бандуры. Далее, научение через наблюдение регулируется четырьмя взаимосвязанными факторами — процессами внимания, сохранения, двигательного воспроизведения и мотивации.

Истолкование Бандурой подкрепления в научении через наблюдение также отражает его когнитивную ориентацию. В социально-когнитивной теории внешнее подкрепление часто имеет две функции — информативную и побудительную. Далее Бандура подчеркивает роль косвенного подкрепления, то есть наблюдения за тем, как другие получают подкрепление, и самоподкрепления, когда люди подкрепляют свое собственное поведение.

Саморегулирование, или то, как люди регулируют свое поведение, также является важной чертой социально-когнитивной теории. В саморегулировании важное значение придается основным процессам самонаблюдения, суждениям и самооценке. Бандура также рассматривает вопрос, почему люди наказывают себя.

В последние годы Бандура расширил свою точку зрения на социально-когнитивную теорию, включив в нее когнитивный механизм самоэффективности для объяснения некоторых аспектов психосоциального функционирования. Концепция самоэффективности относится к осознанию человеком своей способности выстраивать поведение относительно специфической задачи или ситуации. Самоэффективность приобретается из четырех основных источников: выстраивание поведения, косвенный опыт, вербальное убеждение и эмоциональный подъем.

Хотя Бандуру часто характеризуют как умеренного бихевиориста, его основные положения предполагают взгляд на человека, отличный от того, которого придерживаются традиционные бихевиористы, особенно Скиннер. Социально-когнитивная теория отражает:

- строгую приверженность положениям рациональности, инвайронментализма, изменяемости и познаваемости;
- умеренную приверженность элементализму;
- среднюю позицию по положениям свобода—детерминизм, субъективность—объективность и проактивность—реактивность.

Положение гомеостаз—гетеростаз не применимо к позиции Бандуры, так как его концепция мотивации не позволяет прибегнуть к анализу такого типа.

Теория Бандуры хорошо эмпирически протестирована, и накоплено вполне достаточно фактов в ее поддержку. В этой главе были представлены исследования, касающиеся кратко- и долговременных воздействий насилия, показываемого по телевидению, на агрессивность зрителей. Также были обсуждены исследования, касающиеся изменения самоэффективности при помощи терапевтического вмешательства в качестве стратегии для снижения проблем поведения, связанных со страхом и тревогой.

В разделе, посвященном прикладному применению социально-когнитивных концепций, был рассмотрен феномен самоконтроля. Были описаны пять основных шагов, включенных в поведенческий самоконтроль, — определение изменяемого поведения, сбор основных данных, разработка программы самоконтроля, выполнение и оценка программы самоконтроля и завершение программы самоконтроля — наряду с примерами, показывающими, как самоконтроль может быть осуществлен в жизни человека.

Теория социального научения Джулиана Роттера подчеркивает значение мотивационных и когнитивных факторов для объяснения поведения в контексте социальных ситуаций. В частности, Роттер выделяет четыре важные переменные: потенциал поведения, ожидание, ценность подкрепления и психологическая ситуация. Роттер объединяет эти переменные в основную формулу прогноза. Формула показывает, что потенциал данного поведения в специфической ситуации является функцией ожидания того, что подкрепление последует за этим поведением, плюс ценность ожидаемого подкрепления.

Роттер использует более общую формулу для прогноза поведения в каждодневных ситуациях, с которыми сталкивается человек. Эта формула показывает, что потенциал потребности есть функция от свободы деятельности и ценности потребности. Концепции потребности, потенциала потребности, ценности потребности, свободы деятельности (включая минимальную цель), с точки зрения Роттера, позволяют более точно прогнозировать реальное поведение в жизни, чем это можно сделать с помощью основной формулы.

Основным конструктом в социально-научающей теории Роттера является локус контроля, или обобщенное ожидание того, в какой степени люди контролируют подкрепления в своей жизни. Измерение локуса контроля обсуждалось в терминах «Шкалы интернальности—экстернальности» Роттера, и были отмечены определенные поведенческие характеристики, связанные с индивидуальными различиями по этой шкале.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Теперь, когда вы познакомились с теорией Бандуры, полагаете ли вы, что он действительно бихевиорист? Рассматривая этот вопрос, сопоставьте социально-когнитивную точку зрения Бандуры со взглядами Скиннера на человека.
2. Определите особый навык, которому вы научились посредством моделирования. Можете вы сказать, какую важную роль в процессе научения через наблюдение играет каждый из четырех компонентов — внимание, сохранение, двигательное воспроизведение и мотивация? Дайте пример каждого из них. Теперь повторите это упражнение, произнося вслух какие-то ваши личностные характеристики; можно ли это также понять в терминах научения через наблюдение?
3. Возьмите тот же навык, о котором вы говорили выше, и покажите, какую роль в его приобретении играет косвенное подкрепление. То же самое проделайте с личностными характеристиками, о которых вы говорили.
4. Каковы основные источники самоэффективности в теории Бандуры? Объясняет ли Бандура индивидуальные различия осознанной самоэффективности в терминах своей концепции научения через наблюдение? Если да, то объясните каким образом.
5. Назовите основные выводы исследований, посвященных насилию, демонстрируемому по телевидению, о которых говорилось в этой главе. Считаете ли вы, что если человек будет годами смотреть телевизор, то это каким-то образом повлияет на него? Что бы вы порекомендовали предпринять родителям в связи с тем, что их дети наблюдают насилие по телевизору?
6. Обсудите наглядные исследования, показывающие, что изменения осознанной самоэффективности имеют существенное значение, если в процессе терапии клиенту нужно преодолеть свой страх. Существуют ли исследования в поддержку утверждения Бандуры, что повышение самоэффективности предполагает изменение стиля жизни?
7. Выберете специфический аспект вашего поведения, который вы бы хотели изменить, — нечто, что вы хотели бы делать (например, «Я бы хотел чаще заниматься гимнастикой») или, наоборот, прекратить («Я переедаю и хотел бы не делать этого»). Основываясь на описанном способе применения саморегулируемого изменения поведения, опишите, как вы могли бы использовать пять основных шагов самоконтроля для того, чтобы вызвать желаемое изменение в вашем поведении. Дайте конкретные примеры каждого шага.
8. Опишите четыре главных концепции теории социального научения Роттера. Приведите несколько примеров того, как можно объединить эти концепции для предсказания поведения близкого знакомого.
9. Основываясь на исследованиях, приведенных в этой главе, назовите некоторые ключевые моменты, по которым «интерналы» и «экстерналы» отличаются друг от друга. Как исследователи оценивают ориентацию локуса контроля человека?
10. Какие концепции теории Роттера напоминают концепции Бандуры? Как вы думаете, почему оба теоретика обсуждаются вместе, как представители социально-когнитивной точки зрения на личность?

ГЛОССАРИЙ

Вербальное кодирование (Verbal coding). Внутренний репрезентативный процесс, во время которого человек молча повторяет последовательность моделируемой деятельности с тем, чтобы выполнить ее позже.

Взаимный детерминизм (Reciprocal determinism). В теории Бандуры — регулирование поведения человека посредством непрерывных обоюдных интеракций бихевиоральных, когнитивных и относящихся к окружающей среде воздействий.

Внешнее подкрепление (External reinforcement). Подкрепляющий стимул окружения, который следует сразу за определенным поведением (например, социальное одобрение, внимание, деньги).

Генерализованное ожидание (Generalized expectancy). Ожидание, выходящее за рамки специфической ситуации, как показано конструктом локуса контроля Роттера.

Договор с самим собой (Self-contract). Письменное соглашение, уточняющее изменяемое поведение и его последствия в программе самоконтроля.

Интернально-экстернальный контроль подкрепления (Internal-external control of reinforcement). Термин, используемый Роттером для представления веры людей в то, что их поведение детерминировано их собственными усилиями и навыками (интернальный контроль) или внешними силами, такими как судьба, перемена, удача (экстернальный контроль).

Косвенное подкрепление (Vicarious reinforcement). Любое изменение в поведении человека при наблюдении за моделью, причем одно и то же поведение может подкрепляться или наказываться. Например, ребенок сдерживает плач, потому что видит, как мама бранит за это его сестру.

Локус контроля (Locus of control). Термин, используемый Роттером, относящийся к тому, верят ли люди, что подкрепления зависят от их собственного поведения или контролируются силами извне.

Минимальная цель (Minimal goal). Разделительная линия между теми подкреплениями, которые порождают чувство удовлетворения, и теми, которые его не порождают.

Моделирование (Modeling). Форма научения посредством наблюдения чьей-то (модели) желаемой или правильной реакции (см. также *научение через наблюдение*).

Мотивационные процессы (Motivational processes). Компонент научения через наблюдение, имеющий дело с переменными подкрепления, которые осуществляют выборочный контроль над типами ключевых раздражителей моделирования, на которые человек, вероятно, обратит внимание; такие переменные влияют на то, в какой степени человек пытается выработать поведение, основанное на научении через наблюдение.

Научение через наблюдение (Observational learning). Процесс, посредством которого поведение одного человека (наблюдателя) меняется в зависимости от того, что представляет поведение другого (модели). Также называется имитационным научением.

Образная репрезентация (Imaginal representation). Мысленный образ, сформированный человеком из ранее наблюдаемых событий или моделируемой деятельности. По Бандуре — воображение позволяет наблюдателю удерживать в памяти поведение модели и превращать его в последующие действия (например, человек может «видеть» образ своего тренера по теннису, месяц назад показывавшего, как надо играть).

Ожидаемое последствие (Anticipated consequence). Основанное на предыдущем опыте ожидание того, что определенное поведение приведет к специфическому последствию.

Ожидание (Expectancy). В теории Роттера — вера человека в то, что определенное подкрепление будет иметь место в зависимости от специфического поведения в специфической ситуации.

Планирование окружения (Environmental planning). Тип стратегии самоконтроля, в которой человек изменяет окружение так, что либо стимулы, предшествующие нежелательной реакции, либо ее последствия меняются.

Познавательные (когнитивные) процессы (Cognitive processes). Мыслительные процессы, которые дают нам способность как для объяснения, так и для предвидения.

Потенциал поведения (Behavior potential). В теории Роттера — вероятность того, что данное поведение будет выстроено в зависимости от ожиданий человека и ценности подкрепления, связанного с поведением в данной ситуации.

Потенциал потребности (Need potential). В теории Роттера — вероятность того, что представленное поведение приведет к удовлетворению определенной потребности, такой как независимость.

Потребность (Need). В теории Роттера — набор различных видов поведения, общим для которых является то, как они приобретают схожие подкрепления (например, признание, любовь и привязанность).

Процессы внимания (Attentional processes). Характерные черты поведения модели, которые определяют, к каким аспектам модели наблюдатель будет внимательным, и что поэтому будет сохранено наблюдателем.

Процессы двигательного воспроизведения (Motor reproduction processes). Компонент, вовлеченный в научение через наблюдение, который состоит из перевода символически закодированного в памяти моделируемого поведения в соответствующее действие. Для Бандуры, «молчаливый повтор» поведения модели — определенная помощь в совершенствовании двигательных навыков, таких как вождение автомобиля.

Процессы сохранения (Retention processes). Компонент научения через наблюдение, включающий долговременную память о действиях модели. Бандура утверждает, что на человека не может сильно повлиять научение через наблюдение без сохранения в памяти моделируемого поведения.

Психологическая ситуация (Psychological situation). В теории Роттера — субъективное восприятие факторов окружения отдельным человеком.

Самоподкрепление (Self-reinforcement). Процесс, в котором люди улучшают и сохраняют свое собственное поведение, поощряя себя и имея над этими поощрениями какой-то контроль.

Самоэффективность (Self-efficacy). В социально-когнитивной теории суждения людей относительно их способности вести себя релевантно специфической задаче или ситуации.

Свобода деятельности (Freedom of movement). В теории Роттера — большая свобода деятельности отражает ожидание человека, что то или иное поведение приведет к успеху, в то время как малая свобода деятельности отражает ожидания человека, что то или иное поведение будет неуспешным.

Теория социально-когнитивного научения (Social cognitive learning theory). Направление персонологии, представленное Бандурой и Роттером, в котором подчеркивается, что поведение является результатом сложного взаимодействия между когнитивными процессами и влиянием окружения.

Ценность подкрепления (Reinforcement value). Термин, используемый Роттером для отражения того, в какой степени человек предпочитает одно подкрепление другому, если вероятность получить каждое равна.

Ценность потребности (Need value). В теории Роттера — относительная желательность различных подкреплений, связанных с различными категориями потребностей.

БИБЛИОГРАФИЯ

Anderson C. A., Ford C. M. (1986). Affect of the game player: short-term effects of highly and mildly aggressive video games. Personality and Social Psychology Bulletin, 12, 390–402.

Awards for Distinguished Scientific Contributions: 1980 – Albert Bandura (1981). American Psychologist, 36, 27–34.

Bandura A. (1965). Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses. Journal of Personality and Social Psychology, 1, 589–595.

Bandura A. (1969). Principles of behavior modification. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Bandura A. (1971). Social-learning theory. New York: General Learning Press, pp. 1–46.

Bandura A. (1973). Aggression: A social-learning analysis. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura A. (1974). Behavior theory and the models of man. American Psychologist, 29, 859–869.

Bandura A. (1977a). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. Psychological Review, 84, 191–215.

Bandura A. (1977b). Social-learning theory. Engelwood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura A. (1978). The self system in reciprocal determinism. American Psychologist, 3, 344–358.
Bandura A. (1979). Psychological mechanisms of aggression. In M. Von Cranach, K. Foppa, W. LePenies, D. Ploog (Eds.), Human ethology: Claims and limits of a new discipline. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
Bandura A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. American Psychologist, 37, 122–147.
Bandura A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
Bandura A. (1988). Self-regulation of motivation and action through goal systems. In L. A. Pervin (Ed.), Goal concepts in personality and social psychology. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Bandura A. (1989a). Social cognitive theory. In R. Vasta (Ed.), Annals of child development (Vol. 6, pp. 1–60). Greenwich, CT: JAI Press.
Bandura A. (1989b). Human agency in social cognitive theory. American Psychologist, 44, 1175–1184.
Bandura A. (1989c). Regulation of cognitive processes through perceived self-efficacy. Developmental Psychology, 25, 729–735.
Bandura A., Adams N. E. (1977). Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. Cognitive Therapy and Research, 1, 287–310.
Bandura A., Adams N. E., Beyer J. (1977). Cognitive processes mediating behavioral change. Journal of Personality and Social Psychology, 35, 125–139.
Bandura A., Reese L., Adams N. E. (1982). Microanalysis of action and fear arousal as a function of differential levels of perceived self-efficacy. Journal of Personality and Social Psychology, 43, 5–21.
Bandura A., Ross D., Ross S. (1963). Imitation of film-mediated aggressive models. Journal of Abnormal and Social Psychology, 66, 3–11.
Bandura A., Schunk D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest. Journal of Personality and Social Psychology, 41, 586–598.
Bandura A., Walters R. (1959). Adolescent aggression. New York: Ronald.
Bandura A., Walters R. (1963). Social learning and personality development. New York: Holt, Rinehart and Winston.
Barrios F. X. (1985). A comparison of global and specific estimates of self-control. Cognitive Therapy and Research, 9, 455–469.
Becona E., Frojan M.J., Lista M.J. (1988). Comparison between two self-efficacy scales in maintenance of smoking cessation. Psychological Reports, 62, 359–362.
Berkowitz L. (1964). The effects of observing violence. Scientific American, February, 35–41.
Berkowitz L. (1984). Some effects of thoughts on anti- and prosocial influences of media events: A cognitive-neoassociation analysis. Psychological Bulletin, 95, 140–427.
Boor M. (1976). Relationship of internal-external control and national suicide rates. Journal of Social Psychology, 100, 143–144.
Cline V. B., Croft R. G., Courrier S. (1973). Desensitization of children to television violence. Journal of Personality and Social Psychology, 27, 360–365.
Cooley E.J., Spiegler M. D. (1980). Cognitive versus emotional coping responses as alternatives to test anxiety. Cognitive Therapy and Research, 4, 159–166.
DiClemente C. C. (1981). Self-efficacy and smoking cessation. Cognitive Therapy and Research, 5, 175–187.
Eron L. D. (1980). Prescription for reduction of aggression. American Psychologist, 35, 244–252.
Eron L. D. (1987). The development of aggressive behavior from the perspective of a developing behaviorism. American Psychologist, 42, 425–442.
Eron L. D., Huesmann L. R. (1985). The role of television in the development of prosocial and antisocial behavior. In D. Olweus, M. Radke-Yarrow, and J. Block (Eds.). Development of antisocial and prosocial behavior. Orlando, FL: Academic Press.
Eron L. D., Huesmann L. R., Debow E., Romanoff R., Yarmel P. (1987). Aggression and its correlates over 22 years. In D. Crowell, I. Evans and C. O'Donnell (Eds.). Childhood aggression and violence: Sources of influence, prevention and control. New York: Plenum.

Eron L. D., Huesmann L. R., Lefkowitz M. M., Walder L. O. (1972). Does television cause aggression? American Psychologist, 27, 253–263.

Feather N. T. (Ed.) (1981). Expectations and actions: Expectancy-value models in psychology. Hillsdale, Nl: Erlbaum.

Freedman J. L. (1986). Television violence and aggression: A rejoinder. Psychological. Bulletin, 100, 372-378.

Friedrich-Cofer L., Huston A. C. (1986). Television violence and aggression: The debate continues. Psychological Bulletin, 100, 364–371.

Gauthier J., Ladouceur R. (1981). The influence of self-efficacy reports on performance. Behavior Therapy, 12, 436–439.

Geen R. G. (1981). Behavioral and physiological reactions to observed violence: Effects of prior exposure to aggressive stimuli. Journal of Personality and Social Psychology, 40, 868–875.

Geen R. G. (1983). Aggression and television violence. In R. G. Geen and E. I. Donnerstein (Eds.). Aggression: Theoretical and empirical reviews: Vol. 2. Issues in research. New York: Academic Press.

Geen R. G., Thomas S. L. (1986). The immediate effects of media violence on behavior. Journal of Social Issues, 42, 7–28.

Gerbner G., Gross L. (1976). The scary world of TV's heavy viewer. Psychology Today, April, 41–44, 89.

Gerbner G., Gross L., Morgan M., Signorielli N. (1980). The «mainstreaming» of American Violence: Profile no. 11. Journal of Communications, 30 (3), 10–29.

Gerbner G., Gross L., Morgan M., Signorielli N. (1986). Living with television: The dynamics of the cultivation process. In J. Bryant and D. Zillman (Eds.), Perspectives on media effects (pp. 17–40). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Heath L. (1984). Impact of newspaper crime reports on fear of crime: Multi-methodological investigation. Journal of Personality and Social Psychology, 47, 263–276.

Hicks D. (1968). Effects of co-observer's sanctions and adult presence on imitative aggression. Child Development, 39, 303–309.

Huesmann L. R., Malamuth N. M. (1986). Media violence and antisocial behavior: An overview. Journal of Social Issues, 42, 1–6.

Kaplan R. M., Atkins C. J., Reinsch S. (1984). Specific efficacy expectations mediate exercise compliance in patients with CAPD. Health Psychology, 3, 223–242.

Lau R. A. (1982). Origins of health locus of control beliefs. Journal of Personality and Social Psychology, 42, 322–334.

Lefcourt H. M. (1982). Locus of control: Current theory and research (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Lefcourt H. M. (Ed.) (1984). Research with the locus of control construct: Extensions and limitations (Vol. 3). New York: Academic Press.

Lefkowitz M. M., Eron L. D., Walder L. O., Huesmann L. R. (1977). Growing up to be violent. New York: Pergamon Press.

Leyens J., Camino L., Parke R., Berkowitz L. (1975). Effects of movie violence on aggression in a field setting as a function of group dominance and cohesion. Journal of Personality and Social Psychology, 32, 346–360.

Liebert R. M., Sprafkin J. (1988). The early window (3rd ed.). Elmsford, NY: Pergamon Press.

Mahoney M., Thoresen C. (1974). Self-control: Power to the person. Monterey, CA: Brooks/Cole.

Melamed B. G., Siegel L. J. (1975). Reduction of anxiety in children facing hospitalization and surgery by use of filmed modeling. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43, 511–521.

Melamed B. G., Weinstein D., Hawes R., Katin-Borland M. (1975). Reduction of fear-related dental management problems using filmed modeling. Journal of American Dental Association, 90, 822–826.

Mischel W., Peake P. K. (1982). Beyond déjà vu in the search for cross-situational consistency. Psychological Review, 89, 730–755.

National Institute of Mental Health (1982). Television and behavior: Ten years of scientific progress and implications for the eighties (Vol. 1). Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services.

Nurnberger J. I., Zimmerman J. (1970). Applied analysis of human behavior: An alternative to conventional motivational inferences and unconscious determination in therapeutic programming. Behavior Therapy, 1, 59–69.

Parkes K. R. (1984). Locus of control, cognitive appraisal, and coping in stressful episodes. Journal of Personality and Social Psychology, 46, 655–668.

Phares E. J. (1965). Internal-external control as a determinant of amount of social influence exerted. Journal of Personality and Social Psychology, 2, 642–647.

Phares E. J. (1976). Locus of control in personality. Morristown, NJ: General Learning Press.

Phares E. J. (1978). Locus of control. In H. London and J. E. Exner, Jr. (Eds.). Dimensions of personality (pp. 263–304). New York: Wiley.

Rotter J. B. (1954). Social learning and clinical psychology. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Rotter J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs, 80 (entire No. 609).

Rotter J. B. (1967). A new scale for the measurement of interpersonal trust. Journal of Personality, 35, 651–665.

Rotter J. (1975). Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43, 56–67.

Rotter J. B. (1981). Social learning therapy. In N. T. Feather (Ed.). Expectations and actions: Expectancy-value models in psychology. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Rotter J. B. (1982). The development and applications of social learning theory: Selected papers. New York: Praeger.

Rotter J. B., Chance J. E., Phares E. J. (1972). Applications of social learning theory of personality. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Rotter J. B., Hochreich D. J. (1975). Personality. Glenview, IL: Scott, Foresman.

Sarason, I. G. (1975). Test anxiety and the self-disclosing coping method. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43, 148–153.

Silverman R. E., Shrauger J. S. (1970). Locus of control and correlates of attraction toward others. Paper presented at the annual meeting of the Eastern Psychological Association, Atlantic City, NJ.

Singer J. L., Singer D. G. (1981). Television, imagination, and aggression: A study of preschoolers. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Skinner B. F. (1989). The origins of cognitive thought. American Psychologist, 44, 13–18.

Strickland B. R. (1977). Internal-external control of reinforcement. In T. Bass (Ed.). Personality variables in social behavior. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Strickland B. R. (1978). Internal-external expectancies and health-related behaviors. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 46, 1192–1211.

Strickland B. R. (1979). Internal-external expectancies and cardiovascular functioning. In L. C. Perlmutter and R. A. Monty (Eds.) Choice of perceived control. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Strickland B. R. (1989). Internal-external control expectancies: From contingency to creativity. American Psychologist, 44, 1–12.

Tangney J. P., Feshbach S. (1988). Children's television viewing frequency: Individual differences and demographic correlates. Personality and Social Psychology Bulletin, 14, 145–158.

Thomas M. H., Horton R. W., Lippincott E. C., Drabman R. S. (1977). Desensitization to portrayals of real-life aggression as a function of exposure to television violence. Journal of Personality and Social Psychology, 35, 450–458.

Wallston K. A., Wallston B. S. (1981). Health locus of control scales. In H. F. Lefcourt (Ed.). Research with the locus of control construct (Vol. 1, pp. 189–243). New York: Academic Press.

Wallston K. A., Wallston B. S. (1982). Who is responsible for your health?: The construct of health locus of control. In G. Sanders and J. Suls (Eds.). Social psychology of health and illness. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Watson D. L., Tharp R. G. (1989). Self-directed behavior: Self-modification for personal adjustment. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Weinberg R. S., Hughes H. H., Critelli J. W., England R., Jackson A. (1984). Effects of preexisting and manipulated self-efficacy on weight loss in a self-control group. Journal of Personality Research, 18, 352–358.

Wojcik J. (1988). Social learning predictors of the avoidance of smoking relapse. Addictive Behaviors, 13, 177–180.

Zimmerman B. J., Rosenthal J. T. (1974). Observational learning of rule governed behavior by children. Psychological Bulletin, 81, 29–42.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Bandura A. (1984). Recycling misconceptions of perceived self-efficacy. Cognitive Therapy and Research, 8, 231–255.

Bandura A. (1986). Social foundations of thought and action. Fnglewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura A., Wood R. E. (1989). Effect of perceived controllability and performance standards on self-regulation of complex decision-making. Journal of Personality and Social Psychology, 56, 805–814.

Evans R. I. (1989). Albert Bandura: The man and his ideas. Westport, CT: Greenwood Press.

Kavanagh D. J., Bower G. H. (1985). Mood and self-efficacy: Impact of joy and sadness on perceived capabilities. Behavior Therapy and Research, 9, 507–525.

Rotter J. B. (1981). The psychological situation in social learning theory. In D. Magnusson (Ed.). Toward a psychology of situations: An interactional perspective. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Scheier M. F., Carver C. S. (1988). A model of behavioral self-regulation: Translating intention into action. In L. Berkowitz (Ed.). Advances in experimental social psychology (Vol. 21). San Diego, CA: Academic Press.

Глава 9

КОГНИТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ: ДЖОРДЖ КЕЛЛИ

То, что люди — думающие существа, является фундаментальным фактом. Действительно, интеллектуальные процессы настолько самоочевидны, что фактически все персонологи сегодня так или иначе признают их воздействие на поведение человека [Fiske, Taylor, 1991; Wyer, Srull, 1984]. Джордж Келли, практикующий медицинский психолог, был одним из первых персонологов, кто придал особое значение когнитивным процессам как основной черте функционирования человека [Jankowitz, 1987]. В соответствии с его теоретической системой, получившей название *психология личностных конструктов,* человек по существу — ученый, исследователь, стремящийся понять, интерпретировать, предвидеть и контролировать мир своих личных переживаний для того, чтобы эффективно взаимодействовать с ним. Эта точка зрения на человека как на исследователя лежит в основе теоретических построений Келли, а также современной когнитивной ориентации в психологии личности.

Келли настоятельно советовал своим коллегам-психологам не смотреть на испытуемых как на пассивные организмы, «реагирующие» на внешние раздражители. Он напоминал им, что испытуемые ведут себя так же, как ученые, делающие вывод на основе прошлого опыта и строящие предположения о будущем. Его собственная теория, очень оригинальная и отличная от основных направлений психологического мышления, преобладающих в то время в Соединенных Штатах, во многом послужила причиной современной волны интереса к изучению того, как люди осознают и перерабатывают информацию о своем мире. Уолтер Мишель, выдающийся когнитивный

психолог, отдавал должное заслугам Келли как первооткрывателя когнитивного аспекта личности. «Что меня удивило... это точность, с какой он предвидел направления, в которых психология развивалась в последующие два десятилетия. Фактически, все, о чем Джордж Келли говорил в 1950-е годы, оказалось пророческой предпосылкой психологии 1970-х и... на много лет вперед» [Mischel, 1980, p. 85–86]. В этой главе мы познакомимся с теорией личностных конструктов Келли, иллюстрирующей когнитивный подход к личности. Давайте начнем с биографии Джорджа Келли.

ДЖОРДЖ КЕЛЛИ: КОГНИТИВНАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Джордж Александер Келли (George Alexander Kelly) родился в фермерской общине около Уичиты, штат Канзас, в 1905 году. Сначала он учился в сельской школе, где была всего одна классная комната. Позже родители отправили его в Уичиту, где в течение четырех лет он учился в четырех средних школах. Родители Келли были очень религиозны, трудолюбивы, не признавали пьянство, игру в карты и танцы. Традиции и дух Среднего Запада глубоко почитались в его семье, а Келли был обожаемым единственным ребенком.

Келли в течение трех лет учился в Университете Френдз, а потом один год в Парк-колледже, где получил степень бакалавра по физике и математике в 1926 году. Сначала он думал сделать карьеру в качестве инженера-механика, но, отчасти под влиянием межуниверситетских дискуссий, обратился к социальным проблемам. Келли вспоминал, что его первый курс по психологии был скучным и неубедительным. Лектор уделял много времени обсуждению теорий научения, но Келли это не заинтересовало.

После колледжа Келли учился в Университете Канзаса, изучая педагогическую социологию и трудовые отношения. Он написал диссертацию, основанную на исследовании способов проведения свободного времени среди рабочих Канзас-сити, и получил степень магистра в 1928 году. Затем он переехал в Миннеаполис, где вел класс по развитию речи для Ассоциации американских банкиров и класс по американизации для будущих граждан Америки. Затем он работал в колледже для подростков в Шелдоне, штат Айова, где встретился со своей будущей женой Глэдис Томпсон, преподавательницей той же школы. Они поженились в 1931 году.

В 1929 году Келли начал вести научную работу в Эдинбургском университете в Шотландии. Там в 1930 году он стал бакалавром в области образования. Под руководством сэра Годфри Томсона, выдающегося статистика и педагога, он написал диссертацию по проблемам прогноза успешности в преподавании. В том же году он возвратился в Соединенные Штаты в Государственный университет Айовы в качестве претендента на докторскую степень по психологии. В 1931 году Келли получил степень доктора. Его диссертация была посвящена изучению общих факторов при расстройствах речи и чтения.

Келли начал свою академическую карьеру как преподаватель физиологической психологии в Форт-Хейском колледже штата Канзас. Затем, в середине Ве-



Джордж Келли (1905–1967).

ликой депрессии, он решил, что ему следует «заниматься чем-то еще, кроме преподавания физиологической психологии» [Kelly, 1969, p. 48]. Он стал заниматься клинической психологией, даже не будучи формально подготовленным в области эмоциональных проблем. В течение 13-летнего пребывания в Форт-Хейсе (1931–1943) Келли разработал программу передвижных психологических клиник в Канзасе. Он со своими студентами много разъезжал, оказывая необходимую психологическую помощь в системе государственных школ народного образования. На основе этого опыта родились многочисленные идеи, которые позже были включены в его теоретические формулировки. В этот период Келли отошел от фрейдовского подхода к терапии. Его клинический опыт подсказывал, что люди на Среднем Западе больше страдают от продолжительной засухи, пыльных бурь и экономических трудностей, чем от сил либидо.

Во время второй мировой войны Келли в качестве психолога подразделения морской авиации возглавлял программу по обучению местных гражданских летчиков. Он также работал в авиационном отделении Бюро медицины и морской хирургии, где оставался до 1945 года. В этом году он был назначен помощником профессора в Университет Мэриленда.

После окончания войны возникла значительная потребность в клинических психологах, так как у многих американских военных, возвращавшихся домой, были разнообразные психологические проблемы. Действительно, вторая мировая война была важным фактором, повлиявшим на развитие клинической психологии как составной части науки о здоровье. Келли стал выдающейся фигурой в этой области. В 1946 году он вышел на государственный уровень в психологии, когда стал профессором и директором отдела клинической психологии в Государственном университете Огайо. За 20 лет, проведенных здесь, Келли завершил и опубликовал свою теорию личности. Он также проводил программу клинической психологии для лучших выпускников высших учебных заведений Соединенных Штатов.

В 1965 году Келли начал работать в Университете Брандейс, куда он был приглашен на кафедру наук о поведении. Этот пост (сбывается мечта профессора)

дал ему большую свободу для продолжения его собственных научных исследований. Он умер в 1967 году в возрасте 62 лет. До самой смерти Келли составлял книгу из бесчисленных докладов, которые он делал в последнее десятилетие. Исправленный вариант этой работы был опубликован посмертно в 1969 году под редакцией Брендана Мэра (Brendan Maher).

Кроме того, что Келли был выдающимся педагогом, ученым, теоретиком, он занимал ключевые посты в американской психологии. Он был президентом двух подразделений — клинического и консультативного — в Американской психологической ассоциации. Он также активно читал лекции в Соединенных Штатах и за границей. В последние годы жизни Келли уделял большое внимание возможному применению своей теории личностных конструктов в разрешении различных международных проблем.

Самый известный научный труд Келли — двухтомная работа «Психология личностных конструктов» (1955). В ней описываются его теоретические формулировки понятия личности и их клинические приложения. Студентам, желающим познакомиться с другими аспектами работы Келли, рекомендуются следующие книги: «Новые направления в теории личностного конструкта» [Bannister, 1977]; «Психология личностного конструкта» [Landfield, Leither, 1989] и «Развитие психологии личностного конструкта» [Neimeyer, 1985].

ОСНОВЫ КОГНИТИВНОЙ ТЕОРИИ

Основной темой данного учебника является то, что все теории личности в своей основе имеют определенные философские положения о природе человека. То есть взгляд персонолога на сущность человеческой природы имеет большое влияние на разработанную им модель личности. В отличие от многих теоретиков личности, Джордж Келли определенно признавал, что все концепции природы человека, включая его собственную, исходят из основных положений. Он построил свою теорию личности на основе целостной философской позиции — конструктивного альтернативизма.

Конструктивный альтернативизм

Теперь, когда люди всех возрастов разрабатывают альтернативные стили жизни и способы мировосприятия, оказалось, что теория Джорджа Келли, появившаяся в 1955 году, необычайно опередила свое время. Лежащий в основе философии Келли *конструктивный альтернативизм* дает людям поразительное количество возможностей для выбора альтернативы банальному. Фактически эта философия даже требует, чтобы люди поступали таким образом.

Как доктрина конструктивный альтернативизм доказывает, «что все наше современное толкование мира нуждается в пересмотре или замене» [Kelly, 1955, p. 15]. Ничто не свято и ничто не оставляет неизгладимого следа. Не существует политики, религии, экономических принципов, социальных льгот или даже внешней политики по отношению к странам третьего мира, которые были бы абсолютно и непреложно «верными». Все изменится, если люди просто посмотрят на мир с

другой стороны. Келли утверждал, что не существует такой вещи в мире, относительно которой «не может быть двух мнений». Осознание человеком действительности — это всегда предмет для истолкования. По мнению Келли, объективная реальность, конечно, существует, но разные люди осознают ее по-разному. Следовательно, ничто не постоянно и не окончательно. Правда, как и красота, существует только в сознании человека.

Поскольку факты и события (как и весь человеческий опыт) существуют только в сознании человека, есть различные способы их истолкования. Для примера рассмотрим случай, когда девочка берет деньги из кошелька своей матери. Что это означает? Факт прост: деньги вынуты из кошелька. Однако, если мы попросим детского терапевта истолковать это событие, то он может дать детальное объяснение чувств девочки по поводу неприятия ее матерью, которое, возможно, возникло как результат фрустрации матери по поводу того, что она должна оставаться дома и растить дочь, а не делать свою личную карьеру. Если мы спросим у матери, та может сказать, что ее дочь «плохая» и ей не стоит доверять. Отец девочки может предположить, что она «недисциплинированная». Дедушка может рассматривать этот факт как детскую проказу. А сама девочка может считать это ответом на нежелание родителей давать ей достаточно денег на карманные расходы. В то время как само событие (присвоение денег) отрицать невозможно, его значение открыто для альтернативного истолкования. Следовательно, любое событие можно рассматривать с разных сторон. Людям предоставляется великолепный набор возможностей в интерпретации внутреннего мира переживаний или внешнего мира практических событий. Келли резюмировал свою приверженность конструктивному альтернативизму следующим образом: «...какова бы ни была природа или чем бы в конце концов ни обернулись поиски правды, мы сегодня сталкиваемся с фактами, которым можно дать столько объяснений, сколько в состоянии придумать наш разум» [Kelly, 1970, p. 1].

Интригующую природу конструктивного альтернативизма можно оценить еще лучше, если сравнить ее с одним из философских принципов Аристотеля. Аристотель выдвигает на первое место принцип идентичности: А есть А. Вещь в себе и вне себя переживается и интерпретируется одинаково каждым человеком. Например, автомобиль, припаркованный на той стороне улицы, не перестает быть одним и тем же физическим объектом, вне зависимости от того, кто смотрит на него. Из этого следует, что факты социальной реальности одинаковы для всех. Келли же полагает, что А — *это то, что индивид объясняет как А!* Реальность — это то, что мы истолковываем как реальность, факты всегда можно рассматривать с различных точек зрения. Тогда, если быть последовательным, нет истинного или валидного способа интерпретации поведения человека. Пытаемся ли мы понять поведение другого человека, или наше собственное, или саму природу Вселенной, всегда существуют «конструктивные альтернативы», открытые для нашего разума. Более того, концепция конструктивного альтернативизма предполагает, что наше поведение никогда полностью не определено. Мы всегда свободны до некоторой степени в пересмотре или замене нашего толкования действительности. Однако в то же время Келли полагает, что некоторые наши мысли и поведение определены предшествующими событиями. То есть, как вскоре станет совершенно очевидно, когнитивная теория построена на стыке свободы и детерминизма. Говоря словами Келли: «Детерминизм и свобода неразрывны, так как то, что определяет одно, есть, по тому же признаку, свобода от другого» [Kelly, 1955, p. 21].

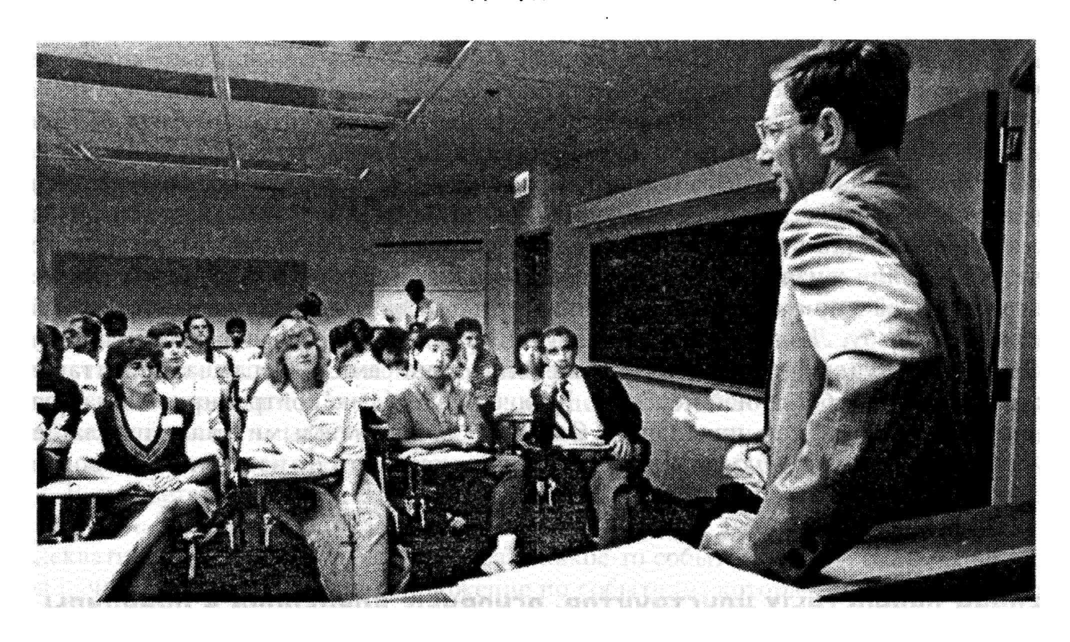
Люди как исследователи

Как уже говорилось, Келли придавал большое значение тому, как люди осознают и интерпретируют свой жизненный опыт. Теория конструкта, следовательно, сосредоточена на процессах, которые позволяют людям понять психологическую сферу своей жизни. Это приводит нас к модели личности Келли, основанной на аналогии *человека как исследователя*. А именно, он делает предположение, что подобно ученому, который изучает некий феномен, любой человек выдвигает рабочие гипотезы о реальности, с помощью которых он пытается предвидеть и контролировать события жизни. Разумеется, Келли не утверждал, что каждый человек буквально является ученым, который наблюдает какие-то явления природы или социальной жизни и использует сложные методы для сбора и оценки данных. Такая аналогия чужда его точке зрения. Но он все-таки предположил, что все люди — ученые в том смысле, что они формулируют гипотезы и следят за тем, подтвердятся они или нет, вовлекая в эту деятельность те же психические процессы, что и ученый в ходе научного поиска [Kelly, 1963]. Таким образом, в основе теории личностных конструктов лежит предпосылка о том, что наука является квинтэссенцией тех способов и процедур, с помощью которых каждый из нас выдвигает новые идеи о мире. Цель науки — предсказать, изменить и понять события, то есть основная цель ученого — уменьшить неопределенность. Но не только ученые — все люди имеют такие цели. Мы все заинтересованы в предвидении будущего и построении планов, основанных на ожидаемых результатах.

Чтобы проиллюстрировать эту модель поведения человека, посмотрим, к примеру, на поведение студентки колледжа, у которой в начале семестра занятия ведет новый профессор (предположим, что она раньше не знала о «репутации» профессора). Основываясь на ограниченном наблюдении (возможно, один-два академических часа), студентка может воспринять и интерпретировать профессора как «беспристрастного». Келли характеризует этот процесс термином *истолкование*; студентка «истолковывает» (или видит) беспристрастность профессора. В сущности, что происходит? Студентка развивает гипотезу о профессоре, которая поможет ей предвидеть и контролировать события, связанные с курсом, который ведет этот профессор. Если гипотеза студентки окажется «правильной», можно ожидать, что профессор предложит разумный объем литературы для чтения, даст соответствующие контрольные работы и достаточно адекватно их оценит. Однако, если в дальнейшем поведение профессора будет существенно отличаться от этих предположений, студентке потребуется альтернативная гипотеза (например: профессор несправедлив, профессор — педантичный зануда или что-то в этом роде). Дело в том, что студентка (как и мы все) нуждается в надежных и устойчивых способах предвидения событий, влияющих на ее жизнь, если она хочет действовать эффективно.

Развивая свою уникальную концепцию, основанную на представлении человека как ученого, Келли был поражен различием между точкой зрения психолога на свое собственное поведение и его позицией при объяснении поведения субъектов исследования. Он описывает это различие следующим образом.

> Психолог как бы говорит себе: «Я — психолог, следовательно, ученый, я выполняю этот эксперимент, чтобы улучшить прогноз и контроль определенных феноменов поведения



В начале семестра студенты строят предположения относительно предстоящей работы на курсе, основываясь на ограниченном наблюдении поведения своего преподавателя.
(Ulrike Welsh)

человека, но мой испытуемый, будучи простым человеческим существом, явно движим неумолимыми побуждениями, которыми он переполнен, или же он жадно стремится найти средства к существованию и/или защиту» [Kelly, 1955, p. 5].

Келли отвергает узкое представление о том, что только ученый-психолог, носящий белый халат, имеет отношение к прогнозу и контролю хода событий в жизни. Отнюдь не рассматривая человеческое существо как некую безвольную и бездумную каплю протоплазмы, он наделяет человека-испытуемого теми же самыми устремлениями, что и у так называемого ученого-психолога.

Именно представление о том, что психолог не отличается от испытуемого, которого он изучает, резюмирует когнитивную теорию личности Келли. Оно подтверждает веру Келли в то, что все люди действуют как ученые в повседневной жизни. Для него различие между ученым и неученым было недостоверным.

То, что все люди рассматриваются как ученые, привело к ряду важных последствий для теории Келли.

Во-первых, это предполагает, что люди главным образом ориентированы на будущие, а не на прошлые или настоящие события их жизни. Фактически Келли утверждал, что все поведение можно понимать как предупреждающее по своей природе [Kelly, 1963]. Он также отмечал, что точка зрения человека на жизнь преходяща, она редко бывает сегодня такой же, как была вчера или будет завтра. В попытке предвидеть и проконтролировать будущие события человек постоянно проверяет свое отношение к действительности: «Прогноз делается не просто ради него самого; он проводится так, чтобы будущую реальность можно

было лучше представить. Именно будущее беспокоит человека, а не прошлое. Он всегда стремится к будущему через окно настоящего» [Kelly, 1955, p. 49].

Второе следствие уподобления всех людей ученым — это то, что люди обладают способностью активно формировать представление о своем окружении, а не просто пассивно реагировать на него. Как психолог рационально формулирует и проверяет теоретические представления о наблюдаемых явлениях, так и человек, не принадлежащий к этой профессии, может толковать и объяснять свое окружение. Для Келли жизнь характеризуется постоянной борьбой за то, чтобы осмыслить реальный мир опыта; именно это качество позволяет людям творить их собственную судьбу. Люди не нуждаются в том, чтобы быть рабами своего прошлого опыта или актуальной ситуации — если только они сами не соглашаются с таким истолкованием собственной персоны. Короче, человек не контролируется настоящими событиями (как предлагает Скиннер) или прошлыми (как предлагает Фрейд), а скорее *контролирует события* в зависимости от поставленных вопросов и найденных ответов.

ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КОНСТРУКТОВ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

В основе когнитивной теории Келли лежит способ, с помощью которого индивиды постигают и интерпретируют явления (или людей) в своем окружении. Назвав свой подход *теорией личностных конструктов*, Келли концентрирует внимание на психологических процессах, которые позволяют людям организовать и понять события, происходящие в их жизни.

Личностные конструкты: модели для действительности

Ученые создают теоретические конструкты, чтобы описать и объяснить события, которые они изучают. В системе Келли ключевой теоретический конструкт — это сам термин *конструкт*:

> Человек судит о своем мире с помощью понятийных систем, или моделей, которые он создает и затем пытается приспособить к объективной действительности. Это приспособление не всегда является удачным. Все же без таких систем мир будет представлять собой нечто настолько недифференцированное и гомогенное, что человек не сможет осмыслить его [Kelly, 1955, p. 8–9].

Именно эти «понятийные системы, или модели» Келли определил как *личностные конструкты*. Иначе говоря, личностный конструкт — это идея или мысль, которую человек использует, чтобы осознать или интерпретировать, объяснить или предсказать свой опыт. Он представляет собой устойчивый способ, которым человек осмысляет какие-то аспекты действительности в терминах схожести и контраста. Примерами личностных конструктов могут быть «взволнованный—спокойный, «умный—глупый», «мужской—женский», «религиозный—нерелигиозный», «хороший—плохой» и «дружеский—враждебный». Это только несколько примеров бесчисленных конструктов, которые человек использует, чтобы оценить значение явлений своей повседневной жизни.

В качестве примера конструктов в действии давайте рассмотрим, как разные люди могут объяснять одно и то же событие. Недавний выпускник колледжа вместо того, чтобы поступить в аспирантуру, как он намечал ранее, складывает вещи и отправляется со своей подружкой жить в отдаленной общине. Отец молодого человека мог бы объяснить такой поступок как «огорчительный» или «разочаровывающий», а его мать заявила бы, что сын «живет в грехе» . Консультант его колледжа, хорошо знакомый с теорией Эриксона, может подумать, что он сделал это «в поисках своей идентичности», а профессор социологии может полагать, что он просто «отрицает нормы общества, ориентированного на молодых профессионалов». Сам юноша может рассматривать этот поступок как «естественный», как «то, что нужно было сделать в этот момент». Какое из объяснений верное? В теории Келли ответа нет. По его мнению, все дело в том, что каждый из нас воспринимает действительность путем собственных моделей или конструктов, необходимых для создания непротиворечивой картины мира.

В соответствии с представлением о людях как об ученых Келли утверждает: стоит только человеку предположить, что с помощью данного конструкта можно адекватно прогнозировать и предсказать какое-то событие в своем окружении, как он начнет проверять это предположение по событиям, которые еще не наступили. Если конструкт помогает точно прогнозировать события, человек, вероятно, сохранит его. И наоборот, если прогноз не подтвердится, конструкт, на основании которого он был сделан, вероятно, подвергнется пересмотру или даже вообще может быть исключен (вспомните наш пример с профессором, которого сначала оценили как «беспристрастного»). Валидность конструкта проверяется с точки зрения его *прогностической эффективности*, степень которой может меняться.

Келли предполагал, что все личностные конструкты *биполярны* и *дихотомичны* по природе, то есть сущность мышления человека заключается в осознании жизненного опыта в терминах черного или белого, а не оттенков серого. Точнее, переживая события, человек замечает, что какие-то события похожи друг на друга (у них есть общие свойства) и при этом отличаются от других. Например, человек может заметить, что какие-то люди тучные, а какие-то тощие; кто-то черный, а кто-то белый; кто-то богатый, а кто-то бедный; до каких-то вещей опасно дотрагиваться, а до каких-то нет. Именно этот когнитивный процесс наблюдения сходства и различий приводит к формированию личностных конструктов. Таким образом, по крайней мере три элемента (явления или предметы) необходимы для формирования конструкта: два из элементов конструкта должны быть похожими друг на друга, а третий элемент должен отличаться от этих двух. Конструкт можно сформировать, если мы видим, что Джин и Луиза честны, а Марта нет; или если мы считаем, что Джин и Луиза привлекательны, а Марта нет. И схожесть, и различие должны иметь место в пределах одного и того же контекста.

Подобно магниту, все конструкты имеют два противоположных полюса. То, в чем два элемента считаются похожими или подобными, называется *эмерджентным полюсом*, или *полюсом сходства* конструкта; то, в чем они противоположны третьему элементу, называется *имплицитным полюсом*, или *полюсом контраста* конструкта. Следовательно, каждый конструкт обладает эмерджентным и имплицитным полюсами. Цель теории личностного конструкта — объяснить, каким образом люди интерпретируют и прогнозируют свой жизненный опыт с точки зрения сходства и различий.

К сожалению, Келли отказался от исследования процессов, путем которых человек интерпретирует свой жизненный опыт в определенном направлении. Он просто не принимал во внимание вопрос об индивидуальных различиях по отношению к происхождению и развитию личностных конструктов. В определенной степени это понятно, так как теория Келли «неисторична» в том смысле, что в ней не акцентируется прошлый жизненный опыт человека. Однако конструкты должны из чего-то происходить, и наиболее разумным кажется предположение, что они являются продуктами предшествующего опыта. Вероятно, разнообразие индивидуальных конструктных систем можно объяснить различиями в прошлом жизненном опыте.

Формальные свойства конструктов

Келли предположил, что все конструкты характеризуются определенными формальными свойствами. Во-первых, конструкт напоминает теорию тем, что он затрагивает определенный диапазон явлений. Этот *диапазон применимости* включает в себя все события, при которых конструкт релевантен или применим. Конструкт «научный—ненаучный», например, вполне применим для интерпретации множества интеллектуальных достижений, но едва ли пригоден для объяснения преимуществ положения человека женатого или холостого. Келли заметил, что прогностическая эффективность конструкта подвергается серьезной опасности всякий раз, когда он обобщается сверх того набора явлений, для которого предназначен. Следовательно, все конструкты имеют ограниченный диапазон применимости, хотя от конструкта к конструкту границы диапазона могут меняться. Конструкт «хороший—плохой» имеет широкий диапазон применимости, так как он предполагает множество ситуаций, требующих личной оценки. А конструкт «непорочность—проституция» имеет значительно более узкие границы.

Во-вторых, у каждого конструкта есть *фокус применимости*. Он относится к явлениям в рамках диапазона применимости, к которым конструкт наиболее применим. Например, конструкт «честный—нечестный» у одного человека имеет фокусом применимости то, что следует держать руки подальше от чужих денег и имущества. А другой человек может применить тот же конструкт к политическим событиям. Следовательно, фокус применимости конструкта всегда специфичен для человека, применяющего его.

Проницаемость—непроницаемость — еще один параметр, по которому конструкты могут различаться. Проницаемый конструкт допускает в свой диапазон применимости элементы, еще не истолкованные в пределах его границ. Он открыт для объяснения новых явлений. С другой стороны, непроницаемый конструкт, охватывая явления, которые составляют его первоначальную основу, остается закрытым для интерпретации нового опыта. Существует относительная степень проницаемости и непроницаемости. Конструкт «компетентный врач—некомпетентный врач» у одного человека может быть вполне проницаемым для интерпретации любого нового доктора, которого он встречает, то есть, общаясь какое-то время с любым новым доктором, человек может понять, компетентен он или некомпетентен. Но другой человек может сделать тот же конструкт совершенно непроницаемым, настаивая на том, что компетентных врачей больше нет, что по-

следним компетентным врачом был его педиатр, который уже умер. Следовательно, различие между компетентными и некомпетентными докторами для него больше не релевантно. Все доктора некомпетентны! Заметьте, что проницаемость относится только к области пригодности конструкта — конструкт по определению непроницаем для какого-то опыта, выходящего за диапазон применимости. Так, понятие «компетентный—некомпетентный» не имеет смысла, если судить о вкусе крабов.

Типы конструктов. Келли также предположил, что личностные конструкты можно классифицировать в соответствии с природой контроля, который они имплицитно осуществляют над своими элементами. Конструкт, который стандартизирует («упреждает») элементы для того, чтобы они были исключительно в его диапазоне, Келли назвал *упредительным конструктом*. Это тип классификационного конструкта; то, что попало в одну классификацию, исключается из другой. Упредительную интерпретацию можно сравнить с такой характеристикой мышления ригидного человека, как «ничего, кроме». Примером упредительного конструкта может быть этнический ярлык. Скажем, если человек идентифицирован как «мексиканец», то о нем будут думать только как о мексиканце и никак иначе. Или, если профессору приклеют ярлык «упрямец», то некоторые студенты даже и не подумают о нем по-другому (что он, например, может испытывать нежные чувства к своим детям или активно интересоваться проблемой социальных реформ). Упредительное мышление отвергает право пересмотра или иной интерпретации для других или для себя, не позволяя увидеть оцениваемое явление в новом свете [Bannister, 1985].

В *констелляторном конструкте* элементы могут одновременно принадлежать другим областям, но они постоянны в составе своей сферы. То есть, если явление относится к какой-то категории одного конструкта, другие его характеристики фиксированы. Шаблонное мышление иллюстрирует этот тип конструкта. Пример констелляторного мышления: «Если этот человек продавец автомобилей, он скорее всего нечестен, жуликоват и умело обращается с клиентом». В этом примере нет места для иных суждений об этом человеке. По определению, констелляторные конструкты ограничивают наши возможности для альтернативных мнений; раз мы относим человека к данной категории, мы наделяем его всеми соответствующими ей характеристиками.

Конструкт, оставляющий свои элементы открытыми для альтернативных конструкций, называется *предполагающим конструктом*. Этот тип конструкта прямо противоположен упредительному и констелляторному конструктам, так как он позволяет человеку быть открытым для нового опыта и принимать альтернативную точку зрения на мир. В этом случае трактовка кого-то как продавца автомобилей, является настолько предполагающей, что другие его личные качества не вытекают из нее. Следовательно, утверждающее мышление — гибкое мышление. Индивид открыт для нового опыта и может изменять существующие конструкты. Хотя есть соблазн интерпретировать упредительный и констелляторный конструкты как нежелательные типы, а предполагающий конструкт — как желательный, Келли утверждал, что это не так. Если бы мы пользовались только предполагающими конструктами, мы испытывали бы массу трудностей, так как не могли бы принимать неотложные решения.



Стереотип нечистого на руку продавца автомобилей является примером констелляторного мышления.
(Ray Solomon/Monkmeyer)

В качестве примера представим, что при игре в бейсбол мяч летит в вашу голову. Вы можете начать интерпретировать мяч предположительно, рассматривая его со всех сторон. Но когда он ударит вас по лицу, вы увидите, что куда лучше было бы при таких обстоятельствах интерпретировать мяч упредительно (то есть решить, что мяч, который летит в вашу голову, — это мяч, который летит в вашу голову, и ничего больше). Однако Келли полагал, что если мы не хотим закостенеть интеллектуально, мы должны включать предположительное мышление. Без него мы были бы обречены на неизменяемый, шаблонный и нерезультативный способ осознания действительности. Таким образом, и упреждающие, и констелляторные, и предположительные формы мышления необходимы для объяснения явлений, вещей и людей. Преположительное мышление просто является противоположностью упредительному и констелляторному способу осознания действительности.

Личностные конструкты можно классифицировать несколькими способами. Например, есть *всесторонние конструкты*, которые включают в себя относительно широкий спектр явлений, и *частные конструкты*, включающие в себя небольшой диапазон явлений (то есть имеющие более узкий диапазон возможностей). Есть *основные конструкты*, которые регулируют основную деятельность человека, и *периферические конструкты*, которые могут меняться, не изменяя значитель-

но основную структуру. И наконец, некоторые конструкты являются *жесткими*, то есть дающими неизменный прогноз, а другие — *свободными*, так как позволяют делать различные прогнозы при сходных условиях.

Личность: конструкт персонолога

Келли никогда не предлагал точного определения термина «личность». Однако он обсуждал эту концепцию в одной статье, утверждая, что личность — «наша абстракция деятельности человека и последующая генерализация этой абстракции на все аспекты ее связи с другими людьми, знакомыми и незнакомыми, а также с тем, что может представлять определенную ценность» [Kelly, 1961, р. 220–221]. Следовательно, Келли полагал, что личность есть абстракция, созданная персонологами из психических процессов, которые они наблюдают и/или подразумевают в других. Это не отдельная реальность, открытая ими. Кроме того, он утверждал, что личность по своей природе включена в межличностные отношения человека. Соединив эти две идеи, можно дать более точное определение личности в теории Келли, а именно: личность индивида представляет организованную систему более или менее важных конструктов; человек использует личностные конструкты, чтобы интерпретировать мир переживаний и предвидеть будущие события. Для Келли личность эквивалентна конструктам, используемым индивидом в целях предвидения будущего. Чтобы понять другого человека, надо знать что-то о конструктах, которые он использует, о событиях, включенных в эти конструкты, и о том, как они соотносятся друг с другом. Короче, узнать личность — значит узнать, как человек истолковывает свой личный опыт.

Мотивация: кому она нужна

Психологи традиционно используют концепцию мотивации для того, чтобы объяснить два аспекта поведения: а) почему люди ведут себя активно и б) почему их активность направлена на одно, а не на другое. С точки зрения Келли, термин «мотивация» подразумевает, что люди по своей природе статичны и действуют только тогда, когда их вдохновляет какая-то особая сила. Сам он отвергал концепцию, что люди инертны или реактивны по природе и начинают действовать только под влиянием внутренних или внешних сил. По Келли, у людей для мотивации нет иной причины, как только та, что они живы [Kelly, 1958]. Действительно, суть жизни — движение или развитие; люди представляют собой одну из форм этого всепроникающего движения. Исходя из этого, не требуется специальной концепции (например, влечения, потребности, инстинкты, поощрения, мотивы) для объяснения того, что является причиной или мотивацией поведения человека.

Возражение Келли против использования концепции мотивации для объяснения поведения пришло из его опыта практикующего психотерапевта. Как выяснилось, чтобы помочь пациентам, не обязательно приписывать им какие-то мотивы. Мотивационные концепции — это интерпретация того, что психотерапевты обнаруживают в поведении своих пациентов. Они могут быть полезны для

прогноза поведения (например, Памела ленива и поэтому, возможно, вовремя не закончит школу), но они бесполезны для понимания человека и оказания помощи ему, потому что отражают взгляд *психотерапевта*, а не пациента. Далее Келли отмечал, что мотивационные утверждения в большей степени характеризуют того, кто их высказывает, а не того, чьи мотивы обсуждаются: «Когда мы видим человека, озабоченного поиском мотивов, обычно оказывается, что он один из тех, кто чувствует угрозу со стороны коллег, и хочет поставить их на место» [Kelly, 1969, p. 77].

Келли характеризует современные теории мотивации и противопоставляет их своей точке зрения следующим образом:

> Теории мотивации можно разделить на два типа — теории толчка и теории тяги. В теории толчка можно найти такие термины, как влечение, мотив или даже стимул. В теории тяги используются такие конструкты, как цель, ценность или потребность. Используя хорошо известную метафору — есть теории сенных вил, с одной стороны, и теории моркови, с другой. Но наша теория не относится ни к одной из них. Так как мы предпочитаем заглянуть в природу самого живого существа, нашу теорию, вероятно, лучше всего назвать ослиной теорией [Kelly, 1958, p. 50].

Теория личностных конструктов рассматривает человека в качестве активного и думающего организма просто потому, что он живой. Следовательно, «мотивация» — это излишний конструкт.

Чем же, полностью отрицая мотивацию как движущую силу деятельности человека, Келли объяснял ее направление? Ответ следует искать в его основном постулате, который мы обсудим в следующем разделе.

ОСНОВНОЙ ПОСТУЛАТ И НЕКОТОРЫЕ ВЫВОДЫ ИЗ НЕГО

Формальная структура теории личностного конструкта очень лаконична, потому что Келли развивал свои центральные принципы, используя один основной постулат и следующие из него 11 выводов. Сначала мы опишем основной постулат, а потом обсудим те выводы, которые дополняют наше объяснение когнитивной позиции Келли.

Основной постулат

Оказывается, каждый персонолог имеет свой язык для описания поведения человека. Келли — не исключение, и в этом можно убедиться на примере его *основного постулата*: «Процессы личности — это проложенные в психике каналы, в русле которых человек прогнозирует события» [Kelly, 1955, p. 46]. Этот постулат образует основу теории Келли, так как в нем личность и поведение трактуются совершенно иначе, чем в большинстве других направлений. Он является основным в формальной системе Келли, поэтому, чтобы лучше его понять, давайте остановимся на нем подробнее.

Основной постулат гласит, что поведение определяется тем, как люди прогнозируют будущие события. Иначе говоря, все поведение человека (мысли и поступки) направлено на прогноз событий. Постулат также подразумевает, что Келли

интересует человек как таковой, а не какие-то отдельные аспекты его поведения (например, межгрупповые отношения). Выражение «процессы личности» предполагает, что человек — это организм, находящийся в развитии, а не инертная субстанция, на которую влияют бессознательные импульсы или побуждают к действию раздражители окружения (вспомните «ослиную» точку зрения Келли на мотивацию человека). Келли уподобляет человека исследователю и считает, что люди управляются своими конструктами, ориентированными на будущее.

Основной постулат Келли также показывает, что его система лежит в пределах психологии и диапазон ее применимости ограничен пониманием поведения человека. Выражение «проложенные каналы» означает, что поведение относительно стабильно во времени и ситуациях. Келли полагал, что люди действуют в пределах сети тропинок или каналов, а не беспокоятся о не поддающейся прогнозированию пустоте [Kelly, 1955]. Иначе говоря, люди прокладывают или направляют свои процессы к предупреждению будущего.

Слово «каналы» синонимично слову *конструкты*, а упоминание личности выдвигает на первый план индивидуальность интерпретации явлений. Относительно последних Келли отмечал, что каждый человек прокладывает и характерным способом использует разные каналы (конструкты), а также что выбор определенного канала определяет его психические процессы [Kelly, 1955]. И наконец, выражение «прогнозирует события» отражает прогностические и мотивационные черты, присущие когнитивной теории. Подобно ученому, человек пытается объяснить действительность, чтобы научиться предвосхищать события, влияющие на его жизнь. Именно это соображение объясняет направленность деятельности в теории Келли. Согласно ей, люди смотрят на настоящее так, чтобы предвидеть будущее с помощью уникальной системы своих личностных конструктов.

Выводы из основного постулата

Одиннадцать выводов, которые можно сделать из основного постулата, служат для разработки теории личностных конструктов Келли. Далее мы обсудим важнейшие из них.

Индивидуальность и организация. *Вывод об индивидуальности* особенно полезен для понимания уникальности личности: «Люди отличаются друг от друга тем, как они интерпретируют события» [Kelly, 1955, p. 55]. По Келли, два человека, будь они даже идентичными близнецами или, предположим, имей они схожие взгляды, обращаются к событию и интерпретируют его по-разному. Каждый человек понимает действительность с «колокольни» своего уникального личностного конструкта. Итак, разница между людьми состоит в том, что они интерпретируют события под разным углом зрения.

Имеется большое количество примеров, показывающих, что система конструктов каждого человека уникальна. Рассмотрим традиционную разницу во мнениях между политическими либералами и консерваторами по таким вопросам, как благосостояние, военное вторжение на чужую территорию, аборты, налоги, принудительная национальная интеграция, порнография и высшая мера наказания. Или подумаем о том, почему студенты могут не соглашаться с профессорами, профессора с заведующими кафедрами, заведующие кафедрами с деканами

и все они — с президентом колледжа. Или то, что называется «проблема отцов и детей» — несовпадение во взглядах между людьми разных поколений — ситуация, которую в теории Келли точнее можно назвать «несовпадение личностного конструкта». Во всех этих примерах люди расходятся во взглядах, потому что каждый действует в пределах своей системы конструктов. Неудивительно, что люди не могут согласиться друг с другом — с точки зрения Келли, они даже говорят не об одном и том же!

По мнению Келли, кроме того, что личностные конструкты имеют отличительные черты, они и организованы в человеке по-разному. Это четко указано в его *выводе об организации*: «Каждый человек специфически развивает в соответствии со своей возможностью прогнозировать события систему анализа, определяющую ранговые отношения между конструктами» [Kelly, 1965, р. 56]. Этот вывод показывает, что люди организуют свои личностные конструкты иерархически, чтобы свести до минимума несовместимость и несоответствия. И, еще того важнее, он подразумевает, что люди отличаются друг от друга не только по числу и типу конструктов, которые они используют в своих суждениях о мире, но также тем, как они организуют свои конструкты. Короче, было бы ошибкой думать, что конструкты беспорядочно теснятся в сознании человека и применяются каждый по отдельности.

По Келли, организация личностных конструктов весьма логична: конструкты организованы в пирамидальную структуру так, что некоторые из них находятся либо в подчиняющей, либо в подчиненной позиции относительно других частей системы. (Конечно, конструкт может быть и совершенно независимым от всех других.) *Подчиняющий* конструкт включает в себя другие конструкты, а *подчиненный* конструкт включен в другой (подчиняющий) конструкт. Конструкт «хороший—плохой», например, может включать в себя оба полюса конструкта «сексуальный—несексуальный». Следовательно, первый конструкт подчиняет последний. Эту мысль можно пояснить на примере мужчины-сексиста, который анализирует девушку — модель месяца в журнале «Плейбой». Он, возможно, интерпретирует ее как «сексуальную» и, следовательно, в терминах подчиняющего конструкта как «хорошую». Но даже в системе конструктов самого законченного сексиста «хороший» обычно подразумевает больше, чем «сексуальный». Например, он может интерпретировать интервью месяца в том же журнале как «хорошее», потому что оно «вдохновило» его. В этом случае конструкты «сексуальный—несексуальный» и «вдохновляющий—не вдохновляющий» будут подчиненными по отношению к подчиняющему конструкту «хороший—плохой». Но главное здесь то, что люди создают различную иерархию личностных конструктов. Подчиняющие и подчиненные конструкты в системе одного человека не обязательно занимают такое же положение в системе другого. Келли предположил, что только если мы знаем, как человек организует конструкты, мы можем правильно судить о его поведении.

Однако Келли считал, что иерархические отношения конструктов — величина непостоянная. Организация конструктов сохраняет связь с событиями только тогда, когда она имеет прогностическую эффективность, что справедливо и для самих конструктов. Действительно, Келли считал вполне допустимым, что два конструкта меняются местами в иерархии, и подчиненный конструкт может стать подчиняющим и наоборот. Например, человек однажды почувствовал, что «лю-

бить—не любить» включает в себя (в числе других) и конструкт «принять—отвергнуть». Однако в результате последующего опыта человек может прийти к другому заключению, а именно: значение «принятия» гораздо основательнее и шире, и «любить» находится в подчиненной позиции по отношению к нему. Следовательно, иерархическое построение конструктов не следует понимать как инертное или законченное.

Интерпретировать или не интерпретировать: вот в чем вопрос. С точки зрения Келли, люди имеют несколько конструктов, с помощью которых они интерпретируют события своей жизни. Более того, каждый день они должны выбирать, какой конструкт и какой его полюс использовать для прогноза событий. *Вывод о выборе* показывает, как человек проводит этот отбор: «Человек выбирает для себя ту альтернативу в дихотомическом конструкте, с помощью которой, как он ожидает, он получит большие возможности для расширения и определения своей системы» [Kelly, 1955, p. 64]. Итак, по Келли, если мы стоим перед выбором (то есть перед ситуацией, в которой мы должны использовать наши конструкты тем или иным образом), мы выберем то, что наиболее вероятно либо расширит наше понимание мира, либо уточнит нашу конструктную систему. Иначе говоря, мы выберем полюс конструкта, который позволит понять событие более полно — то, что будет полезнее всего для прогностической эффективности нашей конструктной системы. Келли назвал это *«продуманный выбор»*.

Вывод о выборе также предполагает, что наша конструктная система разрабатывается либо в направлении *определения*, либо в направлении *расширения*. Определение включает в себя выбор альтернативы с большей вероятностью валидизации аспектов опыта, которые уже были соответствующим образом точно интерпретированы. То есть человек без особого риска для себя ждет, как повернутся события, основываясь на предыдущем опыте, а затем смотрит, что из этого получилось. Если ожидаемое событие имеет место и конструктная система подтвердилась, тогда конструкт еще сильнее закрепляется тем фактом, что он приводит к правильному прогнозу. Следовательно, определение подразумевает использование конструкта знакомым образом, путем применения его к событию, которое лучше всего подходит к нему. Другой тип разработки — расширение — включает в себя выбор альтернативы, которая с большей вероятностью позволит расширить наше понимание событий (увеличить диапазон применимости конструкта). Если прогноз правильный, тогда конструкт становится валидным и, по крайней мере временно, более широко применимым. Конечно, расширение дает больший простор для прогностической ошибки, чем определение, так как оно использует конструкты для прогноза события, которое ранее было ему неизвестно. Но все-таки оно дает больше информации, чем определение.

Келли характеризует разницу между определением и расширением либо как *безопасность*, либо как *риск*. Люди должны постоянно решать, какой из этих двух способов в дальнейшем будет формировать их личностные конструкты. Студенты колледжа, например, должны часто делать выбор между курсами, похожими на те, которые они ранее слушали, и где, следовательно, есть какая-то гарантия получить приемлемые оценки, и незнакомыми курсами, где есть риск провалиться, но которые зато дают возможность расширить знания. «Легкий» курс по знакомому предмету означает «безопасность», а органическая химия для большинства

студентов — «риск». В этом примере, если студент выбирает альтернативу, которая сводит риск до минимума, конструктная система (если она валидна) укрепляется и определяется. Однако, если студент выбирает альтернативу, которая расширит его систему, это чревато большим риском — есть вероятность, что он не сможет правильно прогнозировать события (например, сдать экзамены). В то же время, конечно, увеличивается возможность приобрести дополнительную информацию, которая пригодится для будущих прогнозов.

Хотя Келли подробно описал признаки, позволяющие узнать, определяет или расширяет человек свою конструктную систему, все же у нас нет достаточных эмпирических фактов или теоретических обоснований, чтобы понять, почему и когда он предпочтет выбрать то, а не другое. Тем не менее, весьма вероятно, что люди, уверенные в правильном прогнозе событий и могущие позволить себе риск ошибиться, скорее всего выберут расширение своей конструктной системы. А люди, неуверенные в правильном прогнозе событий, скорее всего выберут определение. Преходящие ситуационные факторы, возможно, также влияют на выбор расширения или определения. Например, если человеку скучно, то это приведет к выбору расширения, а если он расстроен — определения. Тот из двух процессов, который будет иметь место в данное время, в конечном итоге и определит, мотивирован человек к безопасности или к риску.

Цикл О-В-И. Келли представил различные модели для иллюстрации действий человека перед лицом новой или неопределенной ситуации. Ключевым моментом является *цикл ориентировка—выбор—исполнение (О-В-И)*, который состоит в последовательном обдумывании нескольких возможных конструктов и выбора того из них, который окажется лучшим для интерпретации ситуации.

В *ориентировочной* фазе человек рассматривает несколько конструктов, которые можно использовать для интерпретации данной ситуации — то есть он намеренно обдумывает различные возможности, которые могут иметь место. Это аналогично рассмотрению вопроса со всех сторон. Фаза *выбора* наступает, когда человек ограничивает число альтернативных конструктов (гипотез) до количества, наиболее приемлемого в данной ситуации. В этот момент он решает, какие преимущественные альтернативы наиболее уместно использовать. И наконец, во время фазы *исполнения* он выбирает направление действий и сопровождающее его поведение. Выбор делается, иначе говоря, на основании оценки, какой альтернативный конструкт наиболее вероятно приведет к расширению или к определению системы.

Келли отмечал, что человек может пройти через ряд циклов О-В-И прежде, чем решит, какой конструкт следует использовать для интерпретации ситуации. Он цитирует Гамлета в качестве классического примера человека, который после упреждения («Быть иль не быть, вот в чем вопрос...») не может решиться на окончательный выбор и вместо этого возвращается в ориентировочную фазу цикла. Понятие цикла О-В-И согласуется с убеждением Келли в том, что мы постоянно рассматриваем существующие альтернативы, ограничивая их выбор до оптимального для действий, и поступаем в соответствии с нашим выбором. Таким образом, если мы просто изменим наши конструкты, мы, без преувеличения, можем изменить свою жизнь; возможности выбора в теоретической системе Келли поразительны. Келли, однако, настаивает также на том, что поскольку мир многомерен, а человек

обладает рядом различных категориальных шкал в своей конструктной системе, он перед тем, как начать действовать, вынужден их сортировать до тех пор, пока не будет представлен один дихотомический параметр выбора. С точки зрения Келли, когда человек говорит «важно выбрать между этим и тем», только тогда он готов выработать жизненную стратегию. В конце концов, мы должны уметь анализировать для того, чтобы функционировать разумно.

Изменение в конструктной системе. Конструктная система позволяет человеку прогнозировать будущие события так точно, насколько это возможно. Из этого следует, что конструктная система меняется, если с ее помощью невозможно правильно прогнозировать разворачивающуюся последовательность событий. В этой связи Келли постулирует, что изменение в нашей конструктной системе имеет место тогда, когда мы встречаемся с новыми или незнакомыми явлениями, которые не согласуются с нашей предыдущей системой конструктов. Его *вывод об опыте* утверждает: «Конструктная система человека меняется в соответствии с успешностью интерпретации повторных явлений» [Kelly, 1955, p. 72].

Так называемый *вывод о научении* предполагает, что система личностных конструктов — это набор гипотез о нашем вечно меняющемся мире, которые постоянно проверяются опытом. Обратная связь, позволяющая судить о том, насколько хорошо эти гипотезы помогли нам прогнозировать будущее, приводит к изменению конструктов, которые, в свою очередь, используются как новые гипотезы для последовательного изменения системы. Те конструкты, которые оказываются полезными, сохраняются, а остальные пересматриваются или отбрасываются. Таким образом, по Келли, конструктная система последовательно пересматривается с обоснованным отбором для принятия правильных решений.

По Келли, *опыт* человека — это перестройка его жизни, основанная на пересмотре конструктов под влиянием текущих событий. Это означает, что человек приобретает мало опыта или вообще не приобретает его, если после наблюдения реальной последовательности событий он все же интерпретирует события по-старому. Например, если профессор преподает свой предмет в течение 10 лет и все эти годы читает одни те же лекции, делая это так же, как в первый год преподавания, Келли спросил бы, действительно ли у него десятилетний стаж преподавания. С другой стороны, если то, чему он учил в первый год, заставило его изменить и усовершенствовать преподавание на второй год и делать это последовательно в течение всех десяти лет, он на законном основании может заявить, что у него десятилетний опыт преподавания.

Вывод о модуляции, сделанный Келли, уточняет условия, при которых изменяется конструктная система человека: «Изменение конструктной системы человека ограничено проницаемостью конструктов в пределах того диапазона применимости, в котором находятся эти изменения» [Kelly, 1955, p. 77]. Как уже указывалось, понятие «проницаемость» относится к степени, с которой конструкт может ассимилировать новый опыт и события в пределах своего диапазона применимости. Таким образом, этот вывод подразумевает, что чем более проницаемы (открыты) подчиняющие конструкты человека, тем больше возможность изменения внутри структур, к которым они относятся. Если у человека нет подчиняющих конструктов для интерпретированного изменения, то изменение не может иметь места в его системе. Такой человек психологически ригиден. Следовательно, человек должен

15 Зак. 1212

быть способен не только интерпретировать новые события или пересматривать старые, но также анализировать само изменение. Иначе говоря, так как изменение конструкта или набора конструктов само по себе является событием, человек должен иметь какую-то концептуальную структуру для того, чтобы интерпретировать изменения своей конструктной системы. Иначе будет не изменение, а хаос.

Например, мужчина 21 года интерпретирует свои отношения с матерью, продолжая реагировать на нее как «маменькин сыночек», то есть сверхзависимо. Очевидно, что он встретится с большими трудностями в жизни, если не изменит интерпретацию данных отношений. Ему удастся это сделать, если он обладает проницаемым подчиняющим конструктом «зрелость—незрелость», который сможет применить в этой ситуации. Тогда он может интерпретировать себя как «зрелого» и начать реагировать на свою мать по-иному, то есть менее зависимо. В сущности, он будет иначе интерпретировать свое отношение к матери с точки зрения применения конструкта «зрелый» к себе.

Изменения в отношениях со значимыми другими — не единственное обстоятельство, которое заставляет наши конструкты меняться. Иногда даже очень полезные конструкты, которые использовались долгое время, становятся менее, чем раньше, пригодными для точного прогноза событий. Келли считал, что в таких случаях удобный знакомый конструкт будет изменен, хотя бы слегка. Это, вероятно, и происходит почти постоянно с часто используемыми конструктами, потому что наш прогноз событий никогда не бывает совершенным. Однако происходящие таким образом изменения не затрагивают существенно конструктную систему. Это просто небольшая коррекция того, как человек понимает события.

Социальные отношения и личностные конструкты. Если, как Келли утверждал в своем выводе об индивидуальности, люди отличаются друг от друга тем, как они интерпретируют ситуации, то, следовательно, они могут быть похожими друг на друга, если схожим образом интерпретируют свой опыт. Рыбак рыбака видит издалека. Эта идея определенно выражена в *выводе об общности*: «Если человек интерпретирует опыт в какой-то мере подобно тому, как это делает другой человек, то его психические процессы подобны психическим процессам другого человека [Kelly, 1955, p. 90]. Итак, если два человека разделяют взгляды на мир (то есть схожи в своей интерпретации личного опыта), вероятно, и вести себя они будут похоже (то есть они будут схожими личностями). Необходимо заметить, что люди похожи не потому, что они пережили одни и те же события в жизни, и не потому, что их поведение похоже — они похожи потому, что события для них имеют приблизительно одинаковое психологическое значение. В соответствии со своей когнитивной ориентацией, Келли опирается на интерпретацию, а не на прошлый опыт или наблюдаемое поведение.

Вывод об общности подразумевает, что схожесть, очевидная среди представителей одной культуры, это не только схожесть в поведении. Келли полагал, что люди одной культуры интерпретируют свой опыт почти одинаково [Kelly, 1962]. «Культурный шок», часто переживаемый, когда человек сталкивается с представителем другой культуры, является результатом различий в том, как они интерпретируют события. В поддержку этой точки зрения можно привести недавние исследования, показывающие, что культурные различия коренятся в разнице конструктов, которые используют люди [Triandis et al., 1984].

Другой важный аспект теории личностных конструктов Келли касается отношений между людьми и их конструктными системами. Это отражено в *выводе о содружестве*, который уточняет условия, необходимые для эффективных межличностных отношений: «Один человек может играть роль в социальном процессе, включающем другого человека, в той мере, в какой первый анализирует интерпретационные процессы второго» [Kelly, 1955, p. 95]. Этим выводом Келли подчеркнул, что социальное взаимодействие состоит, в первую очередь, из попыток одного человека понять, как другой человек осознает действительность. Иначе говоря, чтобы плодотворно взаимодействовать с кем-то, человеку необходимо интерпретировать какую-то часть конструктной системы другого человека. Это утверждение отличается от допущения, что люди могут взаимодействовать только когда у них схожая конструктная система или если они в чем-то похожи. По Келли, для гармоничного социального взаимодействия необходимо, чтобы один человек



Келли утверждает, что его теория может быть применима к разрешению международных проблем. Он полагал, что мир без войны зависит от способности людей, представляющих различные правительства, понимать конструкты друг друга.
(Owen Franken/Stock, Boston)

психологически поставил себя на место другого, чтобы лучше понимать и прогнозировать его настоящее и последующее поведение. Для того, чтобы «исполнить роль» вашего отца, например, необходимо понять его взгляды (и на вас тоже) с помощью своих конструктов и соответственно построить ваши действия.

Для того, чтобы играть роль в социальном процессе, включающем другого человека, не требуется его согласие, о чем свидетельствуют отношения родители — ребенок и учитель — студент. Как указывалось в выводе об общности, гораздо легче понять ход мыслей другого человека, если ваши взгляды схожи, но это не существенно для эффективного исполнения роли. Критическим моментом в межличностных отношениях является то, что по крайней мере один человек пытается понять, как другой человек оценивает играемую им роль.

Понятие «роль», используемое Келли, не следует смешивать с термином, употребляемым в социологической теории ролей. Для социолога роль — единица социальной структуры, к которой принадлежат люди (например, служащий авиакомпании, президент объединения, почтовый работник). А в системе Келли роль определяется как «форма поведения, которая логически вытекает из того факта, что человек понимает, как мыслят другие люди, связанные с ним в его деятельности» [Kelly, 1955, p. 97–98]. Это определение предполагает, что значимое социальное взаимодействие не существует бессознательно, просто потому что два или несколько человек общаются друг с другом или делают общее дело. Принятие роли требует, чтобы по крайней мере один из взаимодействующих индивидов осознавал, каким образом другой индивид интерпретирует явления. Далее Келли утверждал, что роли не обязательно должны быть обоюдными, то есть человеку (людям) не нужно анализировать исполнителя роли для того, чтобы быть включенным в социальные отношения. Другому человеку также не нужно вступать в ролевые отношения с индивидом, анализирующим его. Действительно, в нашем обществе преобладают односторонние ролевые отношения (например, врач — пациент, адвокат — клиент, работодатель — рабочий). В этой связи Келли отмечал, что оптимальные отношения предполагают взаимное понимание взглядов на жизнь, как в случае здоровых отношений между женой и мужем.

Келли считал, что очень хорошо иметь социальные прогнозы, которые подтверждаются другими людьми. У нас есть определенные представления о том, чего от нас ждут другие. Когда мы действуем в соответствии с ними и узнаем, что мы точно предсказали ожидания других, это побуждает нас и дальше вести себя таким же образом.

Вывод об общности, сформулированный Келли, очень важен для сферы человеческих отношений. В частности, он предлагает возможную, объединяющую связь между индивидуальной и общественной психологией [Jankowicz, 1987]. Безоговорочное утверждение, что устойчивые и искренние человеческие отношения не могут развиваться, если по крайней мере один из людей не пытается встать на место другого, может объяснить те проблемы общения, которые возникают у людей в самых разных ситуациях, начиная от каждодневных разговоров (с родителями, родственниками, друзьями, соседями) и кончая международными делами. Мир без войны может, в конечном итоге, зависеть от возможности людей (особенно глав государств) точно анализировать интерпретационные процессы других.

Давайте теперь рассмотрим основные положения о природе человека, лежащие в основе теории личностных конструктов.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КЕЛЛИ ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Как уже отмечалось, философия конструктивного альтернативизма предполагает, что Вселенная реальна, но разные люди интерпретируют ее по-разному. Это означает, что наша интерпретация событий оказывает большее влияние на наше поведение, чем сами события. Доктрина Келли также означает, что различия между персонологами относительно природы человека являются отражением их уникальной конструктной системы. И сам Келли не был исключением в этом вопросе. Как и все другие теоретики, системы которых мы обсуждали в этом учебнике, Келли представляет природу человека, основываясь на своей собственной интерпретации психологической реальности. Его исходные философские положения, обсуждаемые ниже, представлены на рис. 9–1.

Свобода—детерминизм. В теории личностных конструктов люди представлены как *свободные* и *зависящие* от своего собственного поведения. Вот четкая формулировка Келли:

> Эта система личностных конструктов дает ему [человеку] и свободу решений, и ограничение действий — свободу, потому что она позволяет ему иметь дело со значением событий, а не с силами, которые подталкивают его, и ограничение, потому что он всегда делает выбор в пределах тех альтернатив, которые он выстроил для себя [Kelly, 1958, p. 58].

Итак, по Келли, люди обладают громадным набором конструктов, из которого они выбирают те, что необходимы для интерпретации событий, но, однажды выбранные, эти конструкты определяют их поведение. Люди действуют только в пределах конструктов, которые они приобрели. Например, человек, сталкивающийся с незнакомым явлением, может использовать или не использовать конструкт «хороший—плохой» для его интерпретации. Если он решит применить этот конструкт, то, вероятно, выберет тот его полюс, который предлагает большую возможность для дальнейшей разработки своей прогностической системы (*вывод*



Рис. 9–1. *Позиция Келли по девяти основным положениям, касающимся природы человека.*

о выборе). Однако, когда он сделал выбор, он больше не свободен, если только не решит интерпретировать незнакомое явление в других терминах, тем самым устанавливая для себя новые границы и новые отношения конструктов. Конечно, он может интерпретировать и анализировать то же явление в течение всей жизни, таким образом давая возможность циклу свобода—детерминизм, лежащему в основе его поведения, проявляться вновь и вновь. В теории Келли свобода и детерминизм находятся в сложном переплетении.

Рациональность—иррациональность. Строгая приверженность Келли положению рациональности распространяется на все аспекты его теории. Действительно, по сравнению с другими направлениями, представленными в этом учебнике, в системе Келли рациональности придается наиболее серьезное значение. Келли считал, что люди находятся в постоянном интеллектуальном поиске, стараясь понять мир вокруг себя. То, как Келли интерпретировал личность, ясно показывает приверженность основному положению рациональности. Фактически когнитивная теория Келли не могла бы существовать как жизнедеятельная «конструктивная альтернатива», не имея в своей основе рациональной позиции.

Холизм—элементализм. Келли придерживался умеренно холистической точки зрения на природу человека. Хотя его единица анализа, личностный конструкт, на первый взгляд отражает элементалистский подход к изучению людей, Келли не делает предположения о том, что личность можно понять по каждому конструкту в отдельности. Наоборот, он придает особое значение тому, как конструкты организованы и связаны друг с другом. Следовательно, чтобы понять человека, необходимо понять всю его конструктную систему.

Например, конструкт «хороший» студента А, будучи применен по отношению к его профессору, может быть просто подчиненным для конструкта «интересный». А конструкт «хороший» студента Б в той же самой ситуации может быть подчиненным для конструкта «интеллектуально стимулирующий». Согласно Келли, просто невозможно было бы оценить эту разницу, изучая отдельно взятый конструкт «хороший» студентов А и Б. Многочисленные дополнительные взаимоотношения внутри системы также были бы не замечены при поэлементном подходе. Однако можно оценить конструкты по отдельности; в этом смысле Келли не полностью привержен положению холизма.

Конституционализм—инвайронментализм. Здесь Келли в значительной степени склонен к полюсу инвайронментализма. Так как Келли никогда впрямую не обращался к вопросу внешнего или внутреннего происхождения личностных конструктов, то в его теории просто нет никаких ссылок на наследственность. С другой стороны, окружение теоретически вездесуще; по Келли, люди все время интерпретируют и анализируют события, имеющие место в окружении. Личностные конструкты извлекаются из жизненного опыта, применяются для прогноза будущих событий и изменяются или отбрасываются, если не помогают прогнозировать эти события. Таким образом, конечная функция конструктной системы человека — интерпретация окружающего мира.

В то же время, в теории Келли окружение не обладает тем абсолютным могуществом, как в теории Скиннера. Познающий человек активно интерпретирует, оценивает, анализирует окружение, а не формируется под его влиянием. В отличие от ради-

кального бихевиоризма Скиннера, система Келли рассматривает человека в основном как познающего и рационального субъекта. Влияние окружения признается в системе Келли, но не до такой степени, чтобы полностью заслонить человека. Таким образом, инвайронментализм Келли лучше всего характеризовать как умеренный.

Изменяемость—неизменность. Теория Келли насыщена динамическими изменениями. Жизнь рассматривается как постоянное движение, причем все события подлежат пересмотру в свете различных конструктов. Это кинетическое восприятие отражает убеждение Келли в том, что люди меняют свои взгляды и формируют новые конструкты в течение всей жизни. Такая точка зрения демонстрирует сильную приверженность положению изменяемости.

Положение изменяемости отчетливо проявляется в том факте, что Келли считал необходимым объяснить обстоятельства, при которых происходит изменение в конструктной системе. Люди изменяют свои конструктные системы по мере того, как успешно интерпретируют повторяемость событий (*вывод об опыте*). С точки зрения основного положения, это означает, что личность индивида может изменяться с течением времени как функция от опыта. И *вывод о модуляции*, разработанный Келли, частично объясняет, как конструктная система человека может изменяться в той степени, в какой его конструкты являются проницаемыми. Чем более проницаемы конструкты, тем больше событий могут они включать в диапазон применимости, и тем больше пространство для изменений во всей системе. Однако Келли утверждал, что не все люди способны изменяться в одинаковой степени. Например, человек, не пересматривающий свои конструкты в свете текущих событий, потому что они лишены проницаемости, не будет сильно изменяться с течением времени. Такой человек всю жизнь будет ригидным в интерпретации событий и поведении. Но человек с проницаемыми конструктами действительно может извлечь пользу из жизненного опыта — такой человек может изменять конструкты в течение всей жизни. Так как Келли признавал возможность подобного изменения и пытался объяснить, как оно происходит, то можно сделать вывод о том, что он был строго привержен положению изменяемости.

Субъективность—объективность. Келли утверждал, что люди живут в субъективном мире личностных конструктов. Люди могут интерпретировать и анализировать внешние события, как им хочется, но они, тем не менее, остаются в пределах своих субъективных конструктных систем. Каждый индивид рассматривает действительность с помощью модели личностных конструктов, и эти модели уникальны для каждого человека.

Объективные внешние факторы воздействуют на человека не одинаково, потому что он всегда интерпретирует их в соответствии со своими личностными особенностями. То, что является «полезным» опытом для одного человека, будет «вызывать тревогу» у другого; то, что «уместно» для одного человека, может быть просто «неосновательным» в конструктной системе другого. Объективная реальность всегда видоизменяется в творческом осмыслении человека: *реальность — это то, что является субъективной интерпретацией каждого из нас*. Итак, по Келли, каждый человек живет в уникальном мире, созданным им самим. Этот мир можно изменить, но только в той мере, в какой мы хотим его пересмотреть. Келли строго привержен положению субъективности. Фактически своеобразное сочетание положений рациональности и субъективности является уникальной чертой его теории.

Проактивность—реактивность. Положение проактивности—реактивности непосредственно касается вопроса о мотивации: люди сами выстраивают свое поведение или оно является реакцией на внешние раздражители? Поскольку Келли рассматривает мотивацию как излишний конструкт, он не делает предположения о ее природе. Для Келли люди ни проактивны, ни реактивны — они живые! Быть живым значит быть активным; жизнь — это форма движения. Итак, Келли считает совсем необязательным рассматривать вопрос о том, что является мотивацией поведения по той простой причине, что человек живет и, следовательно, всегда активен в поведении. Если принять эту неортодоксальную позицию в отношение мотивации, следует согласиться, что положение проактивности—реактивности нельзя применить к теоретической системе Келли.

Гомеостаз—гетеростаз. Это положение также отражает вопрос мотивации: поведение человека направлено на ослабление побуждений и сохранение внутренней гармонии или на рост и самоактуализацию? По Келли, ни одна из этих категорий не применима. Он полагал, что люди стремятся приобрести и организовать логически последовательные конструктные системы, чтобы точно прогнозировать будущие события. Поступая таким образом, они занимаются *продуманным выбором*, то есть они выбирают ту альтернативу, которая ведет к большему расширению и определению их конструктных систем (*вывод о выборе*). Для исследователя, ориентированного на гетеростаз, это может звучать как рост и самоактуализация. С другой стороны, те, кто предпочитают гомеостаз, могут возразить, что люди делают именно такой выбор, потому что они пытаются уменьшить внутреннюю неуверенность по отношению к миру. Сам Келли не придерживался никакой определенной позиции по этому ключевому вопросу. Мотивация, с его точки зрения, — несущественная концепция. Следовательно, в качестве основного положения о природе человека понятие гомеостаза—гетеростаза не применимо к когнитивной системе Келли.

Познаваемость—непознаваемость. Келли не рассматривал природу человека как познаваемую в традиционном русле научного исследования. Он отвергал философскую позицию *реализма*, которая утверждает, что объективную реальность можно понять, независимо от ее восприятия нами. Возражая против реализма, Келли выдвинул свою собственную эпистемологическую доктрину конструктивного альтернативизма, которая утверждает, что реальны только события внутреннего мира. Объективная реальность не существует отдельно от нашего личного истолкования ее. А следовательно, природу человека нельзя познать, ее можно только альтернативно интерпретировать.

Тогда возникает очевидный вопрос: а при чем тут наука? Келли отвечает, что научные теории служат как обособленные полезные конструктные системы в процессе объяснения событий. Одни оказываются полезнее, чем другие (какие именно — покажут будущие события), но надежные устойчивые теории хорошо послужили в качестве конструктивных альтернатив. Рассмотрим несколько избранных теорий личности в качестве примера. Фрейд интерпретировал людей в терминах бессознательной мотивации; Адлер выделял стили жизни; Эриксон открыл психосоциальные стадии развития эго; Кеттел рассматривал черты, лежащие в основе поведения; Скиннер наблюдал опосредованные условные реакции; Бандура предложил научение через наблюдение в качестве ключевого аспекта поведения человека. А Келли? Келли подчеркивал субъективную интерпретацию мира человеком.

По сути, в персонологической теории Келли заложены семена ее кончины. Так как реальность остается открытой множественным интерпретациям, наступит такой день, когда события, сейчас интерпретируемые по теории Келли, будут лучше прогнозироваться с помощью какой-то другой системы теоретических конструктов. Он осознавал это и с обезоруживающей прямотой признавал. Обсуждая, как теория личностных конструктов была классифицирована достойными уважения учеными, он пришел к заключению: «Ее также классифицировали как абсурд, который, весьма вероятно, в один прекрасный день изживет сам себя» [Kelly, 1970, p. 10]. Следовательно, с позиции своих философских воззрений Келли допускал, что поведение человека непознаваемо с помощью эмпирических исследований.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИЙ КОГНИТИВНОЙ ТЕОРИИ

В какой мере теория личностных конструктов обладает эмпирическими доказательствами валидности своих основных концепций? Этому вопросу был посвящен литературный обзор, сделанный свыше 25 лет назад Бонариусом [Bonarius, 1965], который на основании оценки почти 100 опубликованных исследований, толчком для которых послужили идеи Келли, пришел к заключению, что было бы преждевременным утверждать, что теория Келли в этом смысле валидна. Однако более поздние источники представляют экспериментальные данные в поддержку определенных аспектов теории Келли [Duck, Craig, 1978; Higgins et al., 1982; Lord, 1982; Tobacyk, Downs, 1986]. Тщательное исследование показывает, что многие из этих работ используют тест, который Келли разработал для оценки личностных конструктов, с помощью которых люди интерпретируют жизненные события. Этот тест носит название «Репертуарный тест ролевого конструкта» (Role Construct Repertory Test). Как мы увидим, этот тест позволяет получить данные, в какой-то мере подтверждающие идеи Келли о расстройстве мышления при шизофрении [Fransella, Bannister, 1977; Neimeyer, Neimeyer, 1981]. Оказывается, его описание довольно интересной природы этих расстройств подтверждалось еще до принятия во внимание исследований, подсказанных когнитивной теорией Келли.

Репертуарный тест ролевого конструкта

Келли разработал «Репертуарный тест ролевого конструкта» (сокращенно Реп-тест) для оценки важных конструктов, которые человек использует при интерпретации значимых людей в его жизни [Kelly, 1955]. Первоначально Реп-тест мыслился как диагностический инструмент для того, чтобы помочь психотерапевту понять систему личностных конструктов клиента и то, как он использует ее для оценки своего социального и материального окружения. К сожалению, характер Реп-теста не вписывается в традиционную систему психометрической оценки; нет данных о его надежности, валидности или стандартизации, которые позволяют потенциальному пользователю применять тест практически. Но в том, что делал Келли, вообще очень мало традиционного. Итак, хотя Реп-тест был разработан в рамках теории Келли, исследования, касающиеся его клинического и экспериментального применения, не обязательно показывают валидность самой

теории. Помня об этом предостережении, давайте рассмотрим, как используется этот оценочный инструмент для измерения конструктной системы человека.

Существует много форм Реп-теста, индивидуальных и групповых, но одна методика является общей для всех. Испытуемому предлагается *список названий ролей* — от 20 до 30 различных обозначений ролей людей, которые предположительно важны или были важны для тестируемого (например, учитель, который ему нравился). Испытуемого просят написать для каждой роли имя лично знакомого ему человека, который больше всего подходит к этой роли. Некоторые из типичных ролей, встречающиеся в перечне названий ролей, приведены в табл. 9–1.

Люди, которых испытуемый внес в список, называются *фигурами*. После того, как перечень ролей заполнен, испытуемому предъявляют три имени фигур из перечня и просят установить «самое важное, что делает похожими две, но отличает их от третьей». Например, испытуемого могут попросить определить сходство и различие людей, которых он обозначил как сестру, брата и мать. Рассматривая эту триаду, испытуемый говорит, например, что брат и сестра похожи в том, что они «спокойные», в отличие от матери, которая «гиперактивна». В терминологии Келли, конструкт, полученный таким «способом», это шкала «спокойный—гипер-

Таблица 9–1. **Перечень определений названия ролей для решетки Реп-теста**

	Название роли	Определение
1	Я	Вы сами
2	Мать	Ваша мать или человек, выполняющий роль матери в вашей жизни
3	Отец	Ваш отец или человек, выполняющий роль отца в вашей жизни
4	Брат	Ваш брат, близкий вам по возрасту, или, если его нет, мальчик приблизительно вашего возраста, который мог бы быть вам братом в раннем отрочестве
5	Сестра	Ваша сестра, близкая вам по возрасту, или, если у вас нет сестры, девочка приблизительно вашего возраста, которая могла бы быть вам сестрой в раннем отрочестве
6	Супруг(а)	Ваша жена (муж), или, если вы не состоите в браке, ваш теперешний друг противоположного пола
7	Принимаемый учитель	Учитель, сильнее всего повлиявший на вас, когда вы были подростком
8	Отвергаемый учитель	Учитель, чьи взгляды вызывали у вас наибольшие возражения, когда вы были подростком
9	Начальник	Работодатель, супервизор или служащий, которому вы подчинялись, в период большого стресса
10	Доктор	Ваш врач
11	Человек, которого вы жалеете	Человек, которому вы больше всего хотели бы помочь или больше всего сочувствуете
12	Отвергающий человек	Человек, с которым вы были связаны и которому по каким-то неожиданным причинам вы не нравитесь
13	Счастливый чаеловек	Счастливый человек, которого вы лично знаете
14	Этичный человек	Человек, отвечающий самым высоким этическим нормам, которого вы лично знаете
15	Умный человек	Самый умный человек, которого вы знаете лично

Источник: адаптировано из Kelly, 1955, p. 227.

Я	Мать	Отец	Брат	Сестра	Супруг(а)	Принимаемый учитель	Отвергаемый учитель	Начальник	Доктор	Человек, которого вы жалеете	Отвергающий человек	Счастливый чаеловек	Этичный человек	Умный человек			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	№ п. п.	Полюс конструкта	Противоположный полюс
							✓	⊗	⊗		○			✓	1	авторитетный	неавторитетный
○	○	○													2		
	○						○					○			3		
				○								○		○	4		
			○					○					○		5		
○					○	○									6		
	○	○								○					7		
○		○	○												8		
											○		○	○	9		
				○		○						○			10		
							○			○					11		
											○	○	○		12		
	○		○											○	13		
				○		○		○							14		
○		○								○					15		

Рис. 9–2. *Репертуарная решетка Реп-теста.*
(Источник: адаптировано из Kelly, 1955, p. 270)

активный». Данную процедуру повторяют с несколькими другими триадами (Келли рекомендует от 20 до 30 таких проб) для того, чтобы определить, как испытуемый классифицирует и дифференцирует перечисленных им людей. Все роли используются в триадах приблизительно в равной степени, чтобы не оказывать выборочное давление на исследование основных конструктов испытуемого. Основываясь на вербальном содержании выведенных конструктов, психолог может сделать предположение о том, как испытуемый воспринимает значимых для него людей и общается с ними. Эта форма Реп-теста называется *формой перечня* и применяется индивидуально.

Келли также разработал *технику репертуарной решетки* (рис. 9–2). Метод применения этой версии Реп-теста состоит в том, что испытуемому предъявляют специально подготовленную решетку, или матрицу, в которой на одной оси перечислены значимые фигуры его жизни, а на другой — различные разряды, к которым он их относит. Испытуемый заполняет форму, обозначая людей, которые подходят к ролям, указанным сверху на рис. 9–2 (то есть после прочтения краткого определения роли каждого). Затем испытуемого просят заполнить первый ряд

матрицы под колонками, обозначив трех людей кружками. Эти кружки обозначают три фигуры, которых испытуемый считает перворазрядными. На рис. 9–2, например, первый ряд матрицы содержит кружки в клетках под колонками 9, 10 и 12 (то есть «начальник», «доктор» и «отвергаемый человек»). Испытуемого просят подумать о важной характеристике, которая делает двух из этих трех людей похожими друг на друга и отличает их от третьего человека. Решив, чем эти две фигуры похожи, но отличаются от третьей, испытуемый перечеркивает два кружка, которые соответствуют двум похожим людям. Третий кружок остается неперечеркнутым. Затем испытуемый пишет слово или короткую фразу, которая показывает, чем эти две фигуры похожи, в колонке «полюс конструкта». В колонке «противоположный полюс» он пишет слово или короткую фразу, из которой ясно, чем третья фигура отличается от двух других. Как показано на рис. 9–2, начальник и доктор похожи, потому что они «начальство», а отвергаемый человек «не начальство». Наконец, испытуемый проверяет оставшиеся фигуры в первом ряду (не рассматривавшиеся в разряде, который выявлял величину конструкта) и делает пометку в клетке, если характеристику полюса конструкта можно использовать для интерпретации этой фигуры. Этот процесс продолжается до тех пор, пока испытуемый не заполнит все оставшиеся ряды. В результате получается решетка с фигурами вверху, различными конструктами в правых колонках и пустыми и помеченными клеточками внутри прямоугольника. Возможно, вам это покажется интересным и познавательным, и вы заполните решетку на рис. 9–2 своими собственными социальными конструктами.

Как интерпретировать результаты Реп-теста. Конечным результатом Реп-теста является модель конструктов, которые человек использует для интерпретирования своей социальной действительности. Данные формы перечня обычно подвергаются клиническому анализу, в котором исследователь рассматривает: 1) количество и разнообразие выявленных конструктов; 2) содержание и характер конструктов; 3) связь различных фигур с конструктами и между собой; 4) дополнительные характеристики конструктов испытуемого, такие как их проницаемость, открытость или закрытость и коммуникабельность. Это субъективная интерпретация результатов Реп-теста. Келли [Kelly, 1961] разработал математическую схему анализа формы решетки для того, чтобы уменьшить вероятность интерпретационных ошибок или отклонений. При этой форме статистического анализа решетка сокращается до нескольких основных конструктов, которые наиболее точно отражают систему взглядов испытуемого.

Другой способ анализа результатов Реп-теста был предложен Байери [Bieri, 1955, 1961]. Он предположил, что, изучая пометки в различных рядах формы решетки, можно определить относительную *когнитивную сложность—простоту* конструктной системы индивида. Одинаковые пометки обозначают малое количество конструктов и, следовательно, недифференцированное мнение о других (когнитивная простота). С другой стороны, неодинаковые пометки означают большое количество конструктов и, следовательно, высоко дифференцированную конструктную систему (когнитивную сложность). По Байери, люди, характеризующиеся когнитивной простотой, вероятно, будут игнорировать информацию, которая противоречит их сложившемуся впечатлению о других. Они чрезмерно просты и не разнообразны в межличностном общении. Далее им трудно увидеть разницу между собой и другими (они стремятся предположить, что другие похожи на них).

Таблица 9–2. **Шкала когнитивной сложности—простоты**

Когнитивно сложный человек	Когнитивно простой человек
Имеет конструктную систему, содержащую четко дифференцированные конструкты	Имеет конструктную систему, в которой неясны различия между конструктами
Может четко отличать себя от других	Затрудняется отличать себя от других
Способен прогнозировать поведение других	Не способен прогнозировать поведение других
Рассматривает других по многим категориям	Рассматривает других по небольшому числу категорий

И напротив, люди с когнитивной сложностью, вероятно, будут кодировать все нюансы и тонкости личности другого человека, включая неизбежные противоречия. Они также смогут прогнозировать поведение других лучше, чем те, кто отличается когнитивной простотой. В табл. 9–2 обобщаются ключевые характеристики людей, обладающих когнитивной простотой и когнитивной сложностью.

Допущения, лежащие в основе Реп-теста. Келли сознавал, что и исследователи, и психотерапевты должны делать некоторые допущения, используя Реп-тест для измерения личностных конструктов [Kelly, 1955]. Одним из таких допущений является то, что конструкты, выявленные с помощью теста, не ограничиваются людьми, перечисленными в перечне названий ролей, они будут использовать новых людей в новых ситуациях. Если бы респондент использовал конструкты, выявленные с помощью теста, только по отношению к людям, упомянутым в перечне, это уменьшило бы ценность результатов для исследователя, пытающегося понять, как человек интерпретирует социальный мир в целом. В этой связи существует допущение, что люди, упомянутые в тесте, являются представителями тех, с кем, возможно, испытуемые общаются в повседневной жизни. Образцы конструктов, используемых только для отдельных людей, которых испытуемые редко встречают, не столь ценна для понимания того, как испытуемые интерпретируют большинство людей, с которыми они регулярно общаются.

Наиболее слабым местом в теории Келли является предположение, что люди могут точно описать (определить) конструкты, которые они используют, чтобы объяснить, в чем другие люди похожи друг на друга, а в чем различны. Однако ограничения, свойственные нашему языку, предполагают, что конструкты не могут всегда быть адекватно вербализованы. Келли признавал, что точные слова не всегда приходят на ум, когда людей просят описать их конструктные системы. Фактически он полагал, что иногда люди формулируют «превербальные конструкты» еще до того, как они научатся говорить. Тем не менее, даже когда испытуемые находят слова, наиболее точно выражающие то, что они подразумевают, исследователи по-разному могут интерпретировать их. Слова, которые испытуемые выбирают для описания конструктов, могут быть интерпретированы исследователем так, что у него может сложиться неправильное впечатление о мировоззрении испытуемого.

Учитывая тот факт, что Реп-тест имеет существенные ограничения [Bonarius et al., 1980], вероятно, лучше всего рассматривать его только в качестве одного из

нескольких источников информации о том, как люди интерпретируют свой мир (как и большинство методов самооценки). А именно: если исследователи и психотерапевты осведомлены о некоторых допущениях, лежащих в основе этого метода, то Реп-тест может быть полезным инструментом в изучении конструктной системы испытуемых.

Расстройства мышления у больных шизофренией: «деструктивная» альтернатива

Большинство исследований, в которых применяется Реп-тест, разработанный Келли, посвящено психиатрическим пациентам с диагнозом шизофрении. Клинические описания шизофрении обычно акцентируют, что она характеризуется расстройствами речи и мышления [Epting 1984, Gottesman, Shields, 1982]. Спутанность и неопределенность мыслей, чрезмерное использование новых слов с особым значением (*неологизмов*), странные сдвиги в мышлении и фрагментарное общение наблюдаются очень часто [Singer et al., 1978]. В терминах конструктной теории больные шизофренией используют слишком открытую и неустойчивую конструктную систему для интерпретации своего опыта. Их идеи о людях слабо интегрированы и нестабильны, они страдают от недостатка структуры и последовательности. Короче, мировоззрение больного шизофренией буквально не имеет смысла. Так как Реп-тест дает метод оценки когнитивной структуры и организации в интерпретировании других людей, он позволяет понять особенности нарушенных мыслительных процессов при шизофрении.

Баннистер и Франселла попытались оценить правильность утверждения, что больные шизофренией используют сверхоткрытые и очень неустойчивые конструкты [Bannister, Fransella, 1966]. Они также пытались разработать экономичный и стандартизованный тест репертуарной решетки для определения наличия шизофренического мыслительного расстройства. Испытуемые в этом исследовании относились к шести различным группам: 1) больные шизофренией с расстройствами мышления; 2) больные шизофренией без расстройств мышления; 3) здоровые; 4) больные с неврозами; 5) больные с органическими расстройствами (легкие формы повреждения мозга); 6) больные с депрессией. Вариант Реп-теста был использован для измерения нарушений мышления. Испытуемым предлагали восемь паспортных фотографий незнакомых людей и просили расположить их в соответствии с шестью конструктными шкалами, которые здоровые люди обычно считают взаимосвязанными. Сначала испытуемых просили расположить все восемь фотографий, от *самого доброжелательного лица* к *наименее доброжелательному*. Затем восемь фотографий были перетасованы, и каждого испытуемого просили вновь расположить их по степени *глупости*. Эта процедура повторялась с теми же фотографиями (каждый раз перетасованными) для шкал *эгоистичности, искренности, подлости* и *честности*. Сразу после того, как испытуемые завершали это задание (распределение 1), их просили повторить всю процедуру заново (распределение 2), используя те же фотографии и располагая их в тех же конструктных шкалах. Им также сказали, что это делается не для проверки их памяти, и что им нужно проделать вторую процедуру так, как будто они выполняют тест в первый раз.

Баннистер и Франселла ввели в компьютер две статистические величины тестового протокола каждого испытуемого — один для *интенсивности* и другой — для *последовательности*. Уровень интенсивности показывает, насколько близким является расположение испытуемым фотографий по одному конструкту относительно расположения их по другим конструктам. Высокий уровень интенсивности показывает, что испытуемый выстроил порядок так, как будто рассматриваемые конструкты связаны, в то время как низкий уровень интенсивности показывает, что он рассматривал их как относительно независимые характеристики. Уровень последовательности отражает степень сходства, с которой испытуемый установил тип взаимосвязи между своими конструктами от распределения 1 до распределения 2. В результате определяется коэффициент корреляции теста с повторным заданием, показывающий, в какой степени испытуемый использовал конструкты при повторном задании так же, как он делал это в первый раз. Например, уровень последовательности может отразить, что человек на снимке был оценен как наиболее доброжелательный в первый раз и аналогично во второй раз. Напротив, уровень непоследовательности может отразить оценку какого-то человека как очень искреннего в первый раз и очень неискреннего во второй раз.

Ожидалось, что больные шизофренией с расстройствами мышления будут иметь более низкие уровни интенсивности и последовательности, чем испытуемые в остальных пяти группах. Результаты подтвердили эти ожидания. В табл. 9–3 представлены средние величины и стандартные отклонения интенсивности и последовательности для шести групп. Эти данные показывают, что конструкты больных шизофренией с расстройствами мышления значительно менее взаимосвязаны (низкая интенсивность), чем конструкты остальных групп, а корреляция теста с повторным заданием (последовательность) была также значительно ниже.

Второй эксперимент, проведенный Баннистером и Салмоном [Bannister, Salmon, 1966], был посвящен исследованию вопроса о том, имеют ли больные шизофренией расстройства всей конструктной системы (то есть в равной степени приходят в замешательство от всех аспектов мира, в котором они живут) или расстройства носят более узкий характер (то есть какие-то аспекты жизни приводят их в замешательство в большей степени, чем другие). Этот вопрос был изучен путем предъявления двух форм решеток Реп-теста группе больных шизофренией с расстройствами

Таблица 9–3. **Средние величины и стандартные отклонения значений интенсивности и последовательности для шести групп испытуемых**

	Больные шизофренией с расстройствами мышления	Здоровые	Больные шизофренией без расстройств мышления	Депрессивные	Невротичные	С органическими нарушениями
Средняя величина интенсивности	728	1253	1183	1115	1383	933
Стандартное отклонение	369	339	390	456	517	524
Средняя величина последовательности	0,18	0,80	0,73	0,75	0,74	0,73
Стандартное отклонение	0,39	0,34	0,34	0,41	0,45	0,47

Источник: адаптировано из Bannister, Fransella, 1966, p. 98.

мышления и контрольной группе здоровых людей. В первой форме теста «по людям» использовались паспортные фотографии незнакомых людей, как в предыдущем исследовании, испытуемые распределяли фотографии по каждому из шести психологических конструктов. Во второй форме теста, «по предметам», испытуемым предлагалось распределить набор из 15 предметов (например, английская шляпа-котелок, буханка хлеба) по шести конструктам (например, изогнутый—прямой, тяжелый—легкий). Испытуемые заполняли обе формы теста за одну сессию так, чтобы можно было оценить степень структурированности и стабильность системы конструктных взаимоотношений по всем элементам.

Баннистер и Салмон сообщили, что больные шизофренией не отличались от контрольной группы здоровых в интерпретировании предметов, но были значительно менее стабильны и последовательны в интерпретировании людей. Это открытие предполагает, что расстройство мышления при шизофрении может заключаться не в его спутанности, а скорее в нелогичности связей между интерличностными конструктами. То есть именно эта неустойчивая природа интерличностного интерпретирования является сутью шизофрении. Рассматривая результаты, полученные в этих двух экспериментах, Баннистер [Bannister, 1985] предложил теорию расстройства мышления при шизофрении, основанную на *последовательной неполноценности гипотез*. Вкратце суть этой теории сводится к утверждению, что больные шизофренией живут в мире, который непрерывно разрушает их конструкты так, что большая открытость их конструктных систем является предельной формой психологической адаптации. Для доказательства своей теории расстройств мышления при шизофрении Баннистер просил здоровых индивидов сделать прогнозы о гипотетических людях. Затем испытуемым сообщали, что их прогнозы были ошибочны. Этот процесс повторялся множество раз. Как и ожидалось, Баннистер обнаружил, что последовательная неполноценность действительно приводит к тому, что испытуемые начинают делать противоречивые прогнозы. Было обнаружено, что испытуемые колеблются между противоположными полюсами недостоверного конструкта, выбирают то один, то другой, демонстрируя неспособность точного прогноза в точности так же, как больные шизофренией. Баннистер и соавт. [Bannister et al., 1975] сообщили, что можно стабилизировать калейдоскопический процесс познания у больных шизофренией, снабдив их новым опытом, который усилит их способность точно прогнозировать поведение других.

Сходство конструктов и формирование дружбы

Последний пример исследований, направленных на эмпирическую валидизацию теории личностных конструктов Келли, касается изучения дружеских отношений: почему они развиваются и по какой причине иногда прекращаются. Эта область исследований основывается на двух выводах Келли. Первый — вывод об общности — утверждает, что люди интерпретируют мир одинаково в той мере, в какой они используют схожие системы конструктов. Второй — вывод о содружестве — утверждает, что значимое социальное общение с кем-либо требуют от нас понимания того, как этот человек воспринимает реальность.

Применение этих двух выводов для понимания развития глубоких и плодотворных дружеских отношений иллюстрирует исследование Дака [Duck, 1973,



Исследователи предполагают, что сходство личностных конструктов играет ключевую роль в развитии дружеских отношений.
(Mark Antman/ The Image works)

1977, 1979]. Вслед за Келли Дак утверждает, что люди с общим восприятием мира с большей вероятностью обратят друг на друга внимание и, в конце концов, станут друзьями, чем те, кто воспринимает мир по-разному. Для проверки гипотезы, что сходство конструктов играет роль в формировании дружбы, Дак и Крейг [Duck, Craig, 1978] дали студентам колледжа, в течение месяца живущим в одном общежитии, несколько тестов, предназначенных для измерения различных личностных особенностей, и краткий Реп-тест. Испытуемые также указали прочность своих дружеских отношений с каждым из участников исследования. Исследователи впоследствии дважды в течение года измеряли развитие дружбы: через три и восемь месяцев после первой встречи. Результаты показали, что сходство оценок по различным шкалам личностных черт было минимально продуктивным в прогнозе формирования дружеских отношений, возможно в силу того, что измерения были проведены в начале академического года. Однако оказалось, что сходство личностных конструктов по Реп-тесту является единственным важным показателем, позволяющим определить, кто с кем мог бы стать друзьями в конце года. Что интересно, сходство конструктов не прогнозировало формирования дружбы при первой встрече или через три месяца. Дак и Крейг предположили, что выбор друзей в начале академического года может быть основан на осознанном сходстве поверхностных личностных особенностей, и что это очевидное сходство все меньше влияет на выбор друзей по мере того, как студенты больше узнают о конструктах «более глубокого уровня» друг друга. Иначе говоря, сходство конструктов

в процессе формирования дружбы приобретает значение только после того, как студенты достаточно хорошо узнают, кто из других испытуемых разделяет его миропонимание на более личностном уровне.

Если Келли прав в предположении, что сходство конструктов обусловливает формирование дружбы, то, рассуждая логически, дружеские связи стремятся к ослаблению, если оказывается, что у людей разные взгляды на важные вещи. Исследование, которое провели Дак и Олисон [Duck, Allison, 1978], подтверждает данную гипотезу о разрыве дружеских отношений. Они сделали выборку испытуемых в университете, где студенты должны были жить на территории университета в первый год обучения, а на втором году обучения им разрешалось жить вне университета. Это позволило исследователям определить, кто из студентов предпочел остаться вместе во время второго года обучения, а кто нет. Реп-тест был использован для измерения личностных конструктов каждого испытуемого. Как и ожидалось, те испытуемые, кто остался вместе, показали более высокое сходство конструктов, чем те, которые стали жить порознь. Разрыв дружеских отношений после первого года был особенно очевиден среди испытуемых, которые имели очень различный профиль Реп-теста.

Как указывалось ранее, эффект схожести конструктов в формирования дружбы может не проявляться до тех пор, пока два человека хорошо не узнают друг друга. То есть различия конструктной структуры могут быть неявными до тех пор, пока человек не потратит длительное время на изучение того, как другой человек воспринимает реальность. В этом скрывается объяснение, почему какие-то романтические отношения длятся долго, а какие-то нет. Например, Неймейер [Neimeyer, 1984] сообщает, что супружеские пары, имеющие сходные конструкты, больше удовлетворены брачными отношениями, чем пары с несходными конструктами. Оказывается, долговременное счастье в браке может в значительной степени определяться тем, что два человека интерпретируют мир одинаково.

Недавно Реп-тест был применен в области индустриальной/организационной психологии. Например, Реп-тест использовался в рыночном исследовании для того, чтобы определить, как потребители оценивают и сравнивают различные продукты, которые, по их мнению, стоит покупать [Stewart, Stewart, 1982]. Янкович [Jankowicz, 1987] приводит много других примеров того, как тест Келли использовался психологами по управлению. Хотя такое применение Реп-теста быстро приобретает популярность, следует подчеркнуть, что сейчас проводится мало исследований в отношение специфических гипотез, вытекающих из теории личностных конструктов Келли. Учитывая, что эта теория четко формулирует и предлагает простое объяснение поведению человека, данный факт кажется удивительным.

ПРИМЕНЕНИЕ: ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ, ПСИХИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА И ТЕРАПИЯ ФИКСИРОВАННОЙ РОЛИ

Теория Келли представляет когнитивный подход к личности. Келли предположил, что наилучшим образом поведение человека можно понять, считая его исследователем. Подобно исследователям, людям необходимо с определенной точностью прогнозировать и контролировать события, происходящие в их окружении. Эта персонологическая система возникла в основном на базе *клинической психоло-*

гии —дисциплины, посвященной пониманию и лечению психологических проблем. Целью Келли было создание более эмпирического подхода в клинической психологии. Второй том «Психологии личностных конструктов» озаглавлен «Клинический диагноз и психотерапия», и целая глава в первом томе описывает особый психотерапевтический подход Келли — терапию фиксированной роли. Как же *когнитивную, интеллектуально-ориентированную* теорию личности применить к тому, что непосредственно влияет на жизнь человека? Келли считал, что его теория может быть полезна для понимания эмоциональных состояний, психического здоровья и психических расстройств, а также в терапевтической практике.

Эмоциональные состояния

Келли сохранил некоторые традиционные психологические концепции эмоций, но представил их по-новому, в соответствии со своей теорией личностных конструктов. Ниже мы с точки зрения Келли рассмотрим четыре эмоциональных состояния: тревогу, вину, угрозу и враждебность.

Тревога. Келли определил *тревогу* как «осознание того, что события, с которыми сталкивается человек, лежат вне диапазона применимости его конструктной системы» [Kelly, 1955, p. 495]. Значит, смутное чувство неопределенности и беспомощности, обычно определяемое как «тревога», по Келли, есть результат осознания того, что конструкты, которыми мы обладаем, не применимы для предвидения событий, с которыми мы сталкиваемся. Келли подчеркивал: совсем не факт, что наша конструктная система не функционирует идеально, провоцирует тревогу; мы не тревожимся просто потому, что наши ожидания не точны. Тревога образуется только тогда, когда мы сознаем, что у нас нет адекватных конструктов, с помощью которых можно интерпретировать события нашей жизни. Келли часто шутливо говорил о человеке в таком состоянии, как о «сраженном своими конструктами». При таких обстоятельствах человек не может прогнозировать, следовательно, не может полностью воспринимать, что происходит, или не может решить проблему. Рассмотрим, например, двух людей, находящихся в разгаре бракоразводного процесса. Неожиданно перед ними возникает событие, совершенно не похожее на то, что они когда-либо переживали раньше. Отчасти трудность прохождения через бракоразводный процесс (или что-то другое, переживаемое впервые) объясняется отсутствием конструктов, которые помогли бы понять и прогнозировать его последствия и их значение.

Это понимание тревоги совсем не похоже на фрейдовскую концепцию невротически тревожного индивида, как жертвы неосознанных конфликтов и сдерживаемой инстинктивной энергии. Человека тревожит отнюдь не угроза прорыва сексуальных и агрессивных импульсов в сознание, а то, что он переживает события, которые не может ни понять, ни прогнозировать. С этой точки зрения, задача психотерапии — помочь клиенту либо приобрести новые конструкты, которые позволят ему лучше прогнозировать тревожащие события, либо сделать имеющиеся конструкты более проницаемыми, чтобы привнести новый опыт в их диапазон применимости.

Вина. Вывод о содружестве Келли предполагает, что у всех нас есть стержневая система конструктов. Определенные аспекты этой стержневой структуры,

которые он назвал *стержневыми ролями*, являются важными детерминантами нашего восприятия идентичности. Примерами таких стержневых ролей являются наши профессиональные роли, роли родителя и ребенка, близкого друга, студента и т. д. Так как стержневые роли очень важны в нашей жизни, их неадекватное исполнение может иметь неприятные последствия. По Келли, если другой человек интерпретирует наше исполнение стержневой роли как неудачное, появляется чувство *вины*: «Вина возникает, когда индивид осознает, что отступает от ролей, с помощью которых он сохраняет наиболее важные взаимоотношения с другими людьми» [Kelly, 1963, p. 228]. Виноватый человек осознает, что он поступил не в соответствии со своим собственным образом. Например, студент колледжа, считающий себя ученым, почувствует вину, если он проведет слишком много времени в местном университетском баре со своими приятелями, таким образом пренебрегая наиболее важным аспектом своей стержневой роли ученого, а именно учебой. Вероятно, студент, считающий себя повесой, не испытывал бы такой вины. Концепция вины Келли в чем-то напоминает концепцию нравственной тревоги Фрейда. С точки зрения Келли, мы испытываем вину всякий раз, когда наше поведение противоречит нашему восприятию самих себя. С точки зрения Фрейда, мы испытываем нравственную тревогу всякий раз, когда наши поступки противоречат нашему восприятию того, что правильно и неправильно (совесть). Как считают оба теоретика, мы испытываем дискомфорт, когда ведем себя не в соответствии с тем, чего ожидают от нас, или с тем, чего мы ждем от себя: вина — по Келли, нравственная тревога — по Фрейду.

Угроза. Еще одно знакомое эмоциональное состояние — *угроза* — рассматривается Келли как осознание того, что наша конструктная система может быть существенно изменена вследствие каких-то событий. Чувство угрозы появляется, когда неминуема большая встряска наших личностных конструктов. Например, мы можем чувствовать угрозу, если окажется, что наша вера в честность и неподкупность политических и деловых лидеров высокого ранга больше не подтверждается на деле. Келли полагал, что угроза для человека — это психологическое насилие. Мысли о собственной смерти, возможно, являются наиболее страшным видом угрозы, если только мы не интерпретируем ее как необходимое условие, придающее смысл нашей жизни.

Враждебность. По определению Келли, *враждебность* — это «постоянные попытки получить факты, говорящие в пользу такого типа социального прогноза, который уже доказал свою несостоятельность» [Kelly, 1955, p. 510]. Традиционно рассматриваемая как склонность вести себя мстительно по отношению к другим или стремление причинять им ущерб, враждебность в теории Келли — просто попытка придерживаться непригодного конструкта при столкновении с противоречивым (неполноценным) фактом. Враждебный человек вместо признания того, что его ожидания относительно других людей не реалистичны и поэтому нуждаются в пересмотре, пытается заставить других вести себя так, чтобы удовлетворить свое предвзятое мнение. Например, какова может быть реакция отца, который обнаружил, что его дочь-студентка живет жизнью «сексуально свободной» женщины? Не обращая внимания на неоспоримые факты, враждебный отец настаивает на своей вере в то, что она — «его маленькая девочка». Изменять наши конструкты трудно, страшно и иногда даже невозможно. Насколько лучше было бы, если бы мы могли

изменить мир, чтобы он соответствовал нашим предубеждениям, а не наши собственные взгляды на него! Враждебность как раз представляет собой такую попытку. Это напоминает греческий миф о разбойнике Прокрусте, который растягивал свою жертву или укорачивал ей ноги, чтобы она соответствовала длине его ложа!

Психическое здоровье и расстройство

Каждый день клинические психологи имеют дело с проблемой психического здоровья и расстройства. Как следует понимать эти концепции в контексте теории личностных конструктов? Сначала обратимся к здоровью: четыре характеристики определяют нормальное функционирование человека, с точки зрения теории Келли. Первая: здоровые люди хотят оценивать свои конструкты и проверять правильность своих ощущений по отношению к другим людям. Иначе говоря, такие люди оценивают прогностическую эффективность своих личностных конструктов на основе социального опыта. Вторая: здоровые люди могут отбросить свои конструкты и переориентировать системы стержневой роли, как только окажется, что они не действуют. В терминологии Келли, конструкты здорового человека проницаемы. Под этим подразумевается не только то, что он в состоянии признать свою неправоту, но также и то, что он может пересмотреть их, когда этого требует жизненный опыт. Третья характеристика психического здоровья — это желание расширить диапазон, объем и охват конструктной системы. С точки зрения Келли, здоровые люди остаются открытыми для новых возможностей личностного роста и развития. Четвертая и последняя характеристика психического здоровья — хорошо развитый репертуар ролей. Келли предполагает, что человек здоров, если он может эффективно выполнять разнообразные социальные роли и понимать других людей, вовлеченных в процесс социальных взаимодействий.

Келли также по-особому относился к психическим расстройствам, интерпретируя их в терминах ориентации личностного конструкта. Для него *психическое расстройство* — «любой личностный конструкт, который обычно повторяется, несмотря на последовательную неполноценность» [Kelly, 1955, p. 831]. Психические расстройства представляют собой очевидную непригодность системы личностных конструктов для достижения цели. Или, более точно, психические расстройства заключают в себе тревогу и настойчивые попытки человека вновь ощутить, что он обладает способностью прогнозировать события. Оказавшись неспособным прогнозировать, человек с психическим расстройством неистово ищет новые способы интерпретации событий в своем мире. Или наоборот, он может строго придерживаться старых прогнозов, тем самым сохраняя свою несовершенную систему личностных конструктов с вероятностью повторной неудачи. В любом случае, плохо адаптированный человек не может прогнозировать события с большой точностью и, следовательно, терпит неудачу в познании мира или совладании с ним. Неудовлетворенность, которая сопровождает такой неэффективный прогноз событий, — это именно то, что заставляет человека искать терапевтической помощи.

Келли мало интересовала формулировка комплексной диагностической схемы для классификации психических расстройств. Он интерпретировал психологические проблемы в соответствии со своим собственным уникальным набором

диагностических конструктов. *Расширение* служит хорошим примером одного из таких конструктов для рассмотрения психологических расстройств. В теории психопатологии, разработанной Келли, расширение встречается, когда человек не обладает подчиняющими конструктами, которые позволяют структурировать область осознания жизненного опыта. Обладая устаревшими или потерявшими управление конструктами, человек пытается расширить и реорганизовать личностные конструкты на наиболее необычном и всеобъемлющем уровне. Что получается? Келли предположил, что в результате появляются расстройства, традиционно называемые «маниями» и «депрессиями».

Исторически *мании* рассматривались как состояния, когда мышление человека является сверхвключенным (человек не может сохранять концептуальные границы, и поэтому мышление становится менее точным, менее определенным и чрезмерно обобщенным). Аффект часто оказывается весьма эйфоричным. Маниакальные люди начинают неистово разрабатывать множество проектов, которые они, скорее всего, никогда не закончат, лихорадочно обсуждают свои планы в напыщенной манере. Они перескакивают от темы к теме и делают обширные обобщения, в которых мало реальных идей. Келли предположил, что изыскания маниакальных людей просто превышают способность конструктной системы функционировать эффективно. В результате человек теряет связь с реальностью и оказывается в пространстве «свободных построений». Выражаемое возбуждение представляет собой неистовую попытку справиться с быстро расширяющимся полем восприятия.

Другой патологической реакцией на несовершенную конструктную систему является *депрессия*. Келли полагал, что депрессия имеет тенденцию появляться у людей, которые сократили свое перцептивное поле до минимума (так как сузили интересы). У человека с депрессией имеются значительные трудности в принятии даже самых маленьких повседневных решений. Человек с тяжелой депрессией часто думает о самоубийстве — последнем акте сужения поля восприятия. Короче, депрессия представляет собой психическое расстройство, при котором люди пытаются интерпретировать свой опыт с противоположного полюса расширительного конструкта — сужения.

Для того чтобы резюмировать взгляды Келли на психопатологию, вернемся к аналогии «человек как исследователь». Исследователи стремятся прогнозировать и контролировать события, используя гипотезы. Когда ученые высказывают неверные гипотезы о том, каков мир, когда они истолковывают явления, которые находятся вне диапазона применимости их гипотезы, и когда они упорно придерживаются своих гипотез наперекор очевидности, мы говорим, что это плохие ученые. Подобно этому, когда люди пытаются интерпретировать важные события, лежащие вне диапазона применимости их личностных конструктов, и поэтому приходят в замешательство, дезориентируются и тревожатся, мы относимся к ним как к больным людям. Люди страдают от психологических проблем из-за изъянов в своих конструктных системах.

Терапия фиксированной роли

Многие из терапевтических методов, описанных Келли [Kelly, 1955], сходны с методами, используемыми другими психотерапевтами, но его подход имеет две

особенности: первая — его концепция о том, что должно являться целью психотерапии, и вторая — разработка терапии фиксированных ролей.

Келли видел задачу терапевтического процесса в том, чтобы помочь людям изменить их конструктную систему, улучшив ее прогностическую эффективность [Epting, 1980]. Так как при расстройствах используются конструкты постепенно потерявшие свою силу, психотерапия направлена на реконструирование конструктной системы клиента, с тем, чтобы она стала более работоспособной. И более того, терапия сама является волнующим процессом научного поиска. Терапевтическое учреждение — это лаборатория, в которой психотерапевт помогает клиенту развивать и апробировать новые гипотезы, как в клинической ситуации, так и вне ее. Психотерапевт активно направляет и стимулирует клиента интерпретировать события по-новому, не так, как он делал это раньше. Если новые конструкты подходят, клиент может использовать их в будущем; если нет —разрабатываются и проверяются другие гипотезы. Наука, следовательно, — это модель, которую клиенты используют для интерпретирования своей жизни по-новому. Наряду с этим психотерапевт должен сделать доступными факты, по которым клиент может проверить свои гипотезы (информационная обратная связь). Предоставляя эти данные в форме реакций на разнообразные конструкты клиента, клиницист дает ему возможность реорганизовать и валидизировать свою конструктную систему — возможность, которая обычно ему не доступна. В результате, по Келли, клиент формирует структуру с большей прогностической эффективностью, чем раньше.

Келли не остановился на этой уникальной интерпретации задачи психотерапии и разработал собственный специфический метод — терапию фиксированной роли. Она основана на положении, что люди — это не только то, чем они себя представляют, но также и то, что они делают. Более конкретно, Келли полагал, что роль психотерапевта — воодушевить клиента и помочь ему изменить свое открытое поведение. В свою очередь, это изменение позволит клиенту осознать и интерпретировать себя иначе, тем самым становясь новым, более эффективным человеком. Важно помнить: Келли не верил, что терапия фиксированных ролей пригодна для всех. По его убеждению психотерапевты должны творчески подходить к выбору метода, который необходим, чтобы «человек вновь мог функционировать, и жизнь продолжалась» [Kelly, 1969, p. 223].

В чем же заключается метод терапии фиксированной роли? Процесс начинается с оценки, когда пациент пишет в третьем лице *очерк самохарактеристики*. Характеристика может быть составлена в свободной форме, клиент получает только следующую инструкцию:

> Я хочу, чтобы вы написали заметки о характере Гарри Брауна, как если бы он был главным героем в пьесе. Напишите о нем так, как мог бы написать друг, который знает его очень близко и очень хорошо к нему относится, возможно, лучше, чем кто-либо другой, кто знает его. Пишите о нем в третьем лице. Например, начните: «Гарри Браун — это...» [Kelly, 1955, p. 323].

Тщательное изучение описания характера Гарри Брауна выявит много конструктов, которые он обычно использует в интерпретации себя и своих отношений со значимыми другими. А затем единственное, что требуется — это помочь Гарри пересмотреть свою систему личностных конструктов так, чтобы она стала для

него действенной. Средством, помогающим выполнить эту задачу, является *очерк фиксированной роли*. Основанное на информации, полученной из очерка самохарактеристики, это, по существу, — описание личности вымышленного индивида, причем желательно, чтобы оно было сделано группой опытных психотерапевтов. Вымышленному человеку дают имя, отличное от имени клиента, и снабжают его конструктной системой, которая, как считают, была бы терапевтически полезной для Гарри. Очерк предназначен не для того, чтобы «переделать» Гарри, скорее он приглашает его искать, экспериментировать и — самое главное — заново оценить себя и свою жизненную ситуацию. Короче, очерк фиксированной роли разработан для того, чтобы клиент сыграл роль вымышленного человека. Цель — побудить клиента пересмотреть свой жизненный опыт с тем, чтобы он смог лучше и эффективнее извлекать из него уроки.

В следующей стадии терапии фиксированных ролей психотерапевт дает очерк фиксированной роли клиенту для *проверки усвоения*, чтобы определить, понимает ли клиент, каким будет представляемый человек. Затем клиента просят играть роль из очерка в течение определенного времени. Из инструкции ясно, что клиент должен читать очерк по крайней мере трижды в день и стараться думать, действовать, говорить и быть похожим на вымышленного героя, изображенного в очерке. Если, например, героя зовут Том Круз, то клиенту говорят следующее: «На несколько недель вы должны попытаться забыть, кто вы и кем вы когда-то были. Вы — Том Круз. Вы ведете себя, как он. Вы думаете и чувствуете, как он. Вы делаете то, что, как вы полагаете, делал бы он». Возможно, читателю идея вести себя, как Том Круз, может показаться немного странной, если не сказать нелепой, но клиента просят на время перестать быть самим собой именно с тем, чтобы он мог открыть новые грани своей личности. И часто клиент перестает думать о роли, как о роли, и начинает считать ее естественной частью себя самого.

Во время этой стадии терапевтического процесса психотерапевт и клиент часто встречаются, чтобы обсудить проблемы, возникающие при исполнении новой роли. Возможно проведение репетиций на терапевтическом сеансе, чтобы психотерапевт и клиент могли непосредственно разработать новую конструктную систему. Посредством таких приемов, как разыгрывание роли, клиента побуждают проверять конструкты героя очерка в контексте социальных взаимоотношений, работы, семьи и других ключевых сфер жизни. В течение этого периода психотерапевт реагирует на клиента так, как если бы он действительно был героем очерка.

Насколько эффективна терапия фиксированной роли для реконструирования конструктной системы клиента? Как и для многих других форм психотерапии, результаты разнородные. Одни клиенты принимают неортодоксальный подход Келли позитивно, другие нет [Epting, 1984]. Более того, очевидно, что подчиняющие конструкты гораздо труднее изменить, чем подчиненные, возможно, потому, что они заключают в себе большую потенциальную угрозу крушения конструктной системы. Оказывается также, что сопротивляемость изменению посредством высвобождения конструктов клиента должна быть преодолена до того, как может наступить изменение в поведении. Хотя процесс терапии очень сложен, Келли оптимистично полагал, что при использовании положений его теории личностных конструктов может возникнуть более функциональная конструктная система.

Итак, теория личностных конструктов применима к таким аспектам опыта человека, которые совсем не похожи на аспекты, традиционно рассматриваемые как когнитивные. В частности, эмоциональные состояния, психическое здоровье и расстройства и психотерапия — могут быть интерпретированы с точки зрения нового направления, разработанного Келли. Если целью Джорджа Келли при создании когнитивной теории было, как он иногда отмечал, стимулировать наш разум и открыть для него невероятный диапазон жизненных возможностей, то он действительно преуспел в этом.

РЕЗЮМЕ

Когнитивное направление персонологии подчеркивает влияние интеллектуальных или мыслительных процессов на поведение человека. Джордж Келли был одним из пионеров этого направления со своей теорией личностных конструктов. Он основал свой подход на философии конструктивного альтернативизма, которая гласит, что любое событие для любого человека открыто для многократного интерпретирования. Келли сравнивал людей с учеными, постоянно высказывающими и проверяющими гипотезы о природе вещей для того, чтобы можно было дать адекватный прогноз будущих событий.

Келли полагал, что люди воспринимают свой мир при помощи четких систем или моделей, называемых конструктами. Каждый человек обладает уникальной конструктной системой (личность), которую он использует для интерпретации жизненного опыта. Келли создал теорию, в которой все конструкты имеют определенные формальные свойства: диапазон применимости и проницаемость—непроницаемость. Келли также описал различные типы личностных конструктов: упредительный, констелляторный, предполагающий, всесторонний, частный, стержневой, периферический, жесткий и свободный.

Келли утверждал, что личность эквивалентна личностным конструктам, используемым человеком для прогноза будущего. Он полагал, что не требуется никаких специальных концепций (влечения, поощрения, потребности) для объяснения мотивации человека. Вместо этого он высказал предположение, что люди мотивированы просто очевидностью того факта, что они живы, и желанием прогнозировать события, которые они переживают.

Теория Келли сформулирована в одном основном постулате и 11 вытекающих из него выводах. Первый утверждает, что личностные процессы имеют психологически проложенные русла, в которых люди прогнозируют события, а выводы объясняют, как функционирует конструктная система, как она изменяется и влияет на социальные взаимодействия. В частности, Келли рассматривал конструкты как биполярные и дихотомичные. Он также охарактеризовал организацию конструктов в терминах иерархической системы, в которой какие-то конструкты являются подчиняющими, а какие-то — подчиненными по отношению к другим частям системы. Эта организация не закреплена жестко, так же как не постоянны и сами конструкты. Были также рассмотрены другие многочисленные аспекты и приложения теории личностных конструктов.

Келли более ясно, чем большинство персонологов, осознавал влияние философских взглядов ученого на разрабатываемую им теорию личности. Тем не менее

его позиция основывалась на исходных положениях, касающихся природы человека. Теория личностных конструктов отражает:

- сильную приверженность положениям рациональности, изменяемости, субъективности и непознаваемости;
- умеренную приверженность положению холизма—инвайронментализма;
- промежуточную позицию по положению свобода—детерминизм.

Положения проактивности—реактивности и гомеостаза—гетеростаза не применимы к позиции Келли, поскольку он рассматривал мотивацию как излишний конструкт.

Хотя теоретические концепции Келли мало разрабатывались другими исследователями, он изобрел инструмент оценки личности — Реп-тест, который широко применялся в разнообразных исследованиях. Реп-тест оценивает личностные конструкты, которые люди используют в интерпретации ролевых отношений и других аспектов своего опыта. Его применение было проиллюстрировано в исследованиях расстройств мышления у больных шизофренией и на примере формирования дружбы.

Теория личностного конструкта Келли применима к областям, далеким от тех, которые традиционно определяют как когнитивные. В разделе главы, посвященном практическому использованию, показано применение теории Келли к нуждам клинических психологов — эмоциональные состояния, психологическое здоровье и расстройства и психотерапия.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Опишите философию конструктивного альтернативизма Келли. Какое значение имеет эта философия для вашей жизни? Например, создаете ли вы сами ваши «тревоги и беспокойство» (из-за способа, с помощью которого вы интерпретируете события)? Если вы осознаете это, можете ли вы интерпретировать события по-другому, чтобы облегчить ненужную психологическую ношу, которую вы сейчас несете? Как?
2. Трудное упражнение. Если бы вам нужно было выбрать только одно слово для описания ваших чувств о всей вашей жизни, что это было бы за слово? Напишите его. Теперь напишите противоположное ему. Можете ли вы определить, какую роль играет этот конструкт в том, как вы интерпретируете события в различных сферах вашей жизни (например, личные взаимоотношения, школа, работа)?
3. Что имел в виду Келли, когда говорил, что все люди — ученые?
4. Почему Келли отрицал традиционные концепции мотивации для объяснения поведения человека?
5. Объясните значение основного постулата Келли. Какие основные выводы служат для его развития?
6. Верите ли вы, что «личность» — это конструкт персонолога? Если да, может ли вы объяснить, почему существует так много разных теорий личности? И каковы тогда отношения между конструктами персонологов и их основными положениями, касающимися природы человека?
7. Выполните Реп-тест на рис. 9–2. Помогло ли вам это упражнение понять свои конструкты и то, что подразумевается под термином «конструкт»? Каким образом?
8. Что говорят исследования, использующие Реп-тест, о формировании и разрыве дружбы? Как вы полагаете, могут ли два человека сохранить дружбу, даже если они не имеют сходных конструктов?

9. Как Келли интерпретирует эмоциональные состояния тревоги и вины с точки зрения своей теории личностных конструктов?
10. Что такое терапия фиксированной роли? Верите ли вы, что определенный контингент клиентов будет реагировать на эту форму терапии лучше, чем на другие? Если да, то кто и почему?

ГЛОССАРИЙ

Вина (Guilt). Осознание человеком того, что он отклонился от важных ролей, с помощью которых он сохраняет отношения с другими.

Враждебность (Hostility). Попытка придерживаться непригодного конструкта при столкновении с противоречащим ему фактом. Враждебный человек пытается заставить других вести себя так, чтобы их поведение отвечало его нереалистичным ожиданиям.

Вывод об индивидуальности (Individuality corollary). Предположение, что различия между людьми коренятся в интерпретации ими событий с разных точек зрения.

Вывод об общности (Commonality corollary). Предположение, что люди похожи друг на друга в том, как они интерпретируют жизненный опыт.

Вывод об опыте (Experience corollary). Предположение о том, что конструктная система человека изменяется вследствие своей непригодности для правильного прогноза последовательности событий; те конструкты, которые окажутся полезными, остаются, а те, что бесполезны, нужно пересмотреть или отбросить.

Вывод об организации (Organization corollary). Предположение, что конструкты человека организованы иерархически таким образом, чтобы минимизировать несовместимость и несоответствие.

Вывод о выборе (Choice corollary). Предположение, что, оказавшись перед выбором, люди выберут альтернативу, которая скорее всего либо расширит их понимание реальности, либо уточнит существующую конструктную систему.

Вывод о модуляции (Modulation corollary). Предположение, что конструктная система человека изменяется в той мере, в какой он способен интерпретировать новые события или пересматривать старые.

Вывод о содружестве (Sociality corollary). Предположение, что гармоничные межличностные взаимоотношения зависят от того, насколько люди понимают конструктные системы друг друга.

Гипотеза последовательной неполноценности (Serial invalidation hypothesis). Теория Баннистера о том, что шизофрения является результатом повторяющихся противоречий интерличностных конструктов.

Диапазон применимости (Range of convenience). Диапазон событий, в котором отдельный конструкт может быть релевантен или применим.

Когнитивная теория (Cognitive theory). Любая теория личности, которая придает особое значение когнитивным процессам (мышление, осознание, суждение) в понимании поведения человека.

Когнитивная сложность—простота (Cognitive complexity—simplicity). Предел сложности или простоты системы личностных конструктов человека; обычно относится к числу конструктов, предъявляемых лицом в Реп-тесте.

Констелляторный конструкт (Constellatory construct). Тип конструкта, который позволяет его элементам принадлежать одновременно другим сферам; однако, если элементы идентифицированы особым образом, они закреплены. Стереотипное мышление иллюстрирует этот тип конструкта.

Конструкт (Construct). См.: *личностный конструкт*.

Конструктивный альтернативизм (Constructive alternativism). Философское положение Келли о том, что люди способны к пересмотру или изменению своей интерпретации событий. Подразумевает также, что на объективную реальность можно посмотреть с различных точек зрения.

Личностный конструкт (Personal construct). Категория мышления, посредством которой человек интерпретирует или истолковывает свой жизненный опыт. По крайней мере три элемента необходимы для формирования конструкта — два из них должны восприниматься как схожие, а третий элемент должен восприниматься как отличный от этих двух.

Личность (Personality). По Келли — термин «личность» относится к конструктам, используемым человеком для прогнозирования будущих событий.

Основной постулат (Fundamental postulate). Термин, который отражает веру Келли в то, что поведение человека определено личностными конструктами, используемыми для прогноза будущих событий.

Очерк фиксированной роли (Fixed-role sketch). Описание личности вымышленного индивида, разработанное с целью помочь клиенту интерпретировать себя иначе, так, чтобы он мог лучше обращаться с различными жизненными ситуациями.

Подчиненнный конструкт (Subordinate construct). Личностный конструкт, который включается в категорию более общего конструкта.

Подчиняющий конструкт (Superordinate construct). Личностный конструкт, который контролирует и включает в себя много разных конструктов.

Предполагающий конструкт (Propositional construct). Тип конструкта, который позволяет человеку быть открытым для нового опыта и принимать альтернативные взгляды на мир.

Прогностическая эффективность (Predictive efficiency). Диапазон, в котором конструкт пригоден для осуществления человеком правильного прогнозирования какого-то события в своем окружении.

Проницаемость—непроницаемость (Permeability—impermeability). Величина, относящаяся к вопросу о том, будут или не будут признаны новые элементы в пределах конструкта. Проницаемый конструкт принимает новую информацию в свой контекст; непроницаемый — нет.

Репертуарный тест ролевого конструкта (Role Construct Repertory Test). Тест, разработанный Келли для оценки системы личностных конструктов индивида; также известен как Реп-тест.

Терапия фиксированной роли (Fixed-role therapy). Метод психотерапии, разработанный Келли и направленный на то, чтобы помочь клиентам по-новому интерпретировать себя и свои жизненные ситуации. Клиентов побуждают жить и действовать в соответствии с новой ролью, как в терапевтическом окружении, так и вне его.

Тревога (Anxiety). Чувство страха и дурных предчувствий от осознания того, что конструкт для объяснения событий отсутствует.

Угроза (Threat). Осознание человеком того, что его конструктная система на грани решительных изменений.

Упредительный конструкт (Preemptive construct). Тип конструкта, который стандартизирует («упреждает») свои элементы для того, чтобы они были исключительно в его диапазоне; например, использование этнических ярлыков.

Фокус применимости (Focus of convenience). Точка или зона внутри диапазона применимости конструкта, в которой он максимально полезен для интерпретации определенных событий; всегда специфичен для человека, применяющего конструкт.

Цикл ориентировка—выбор—исполнение (Circumspection-preemption-control cycle). Процесс, в котором человек рассматривает несколько конструктов прежде, чем решить, как интерпретировать непривычное или неясное событие.

БИБЛИОГРАФИЯ

Bannister D. (Ed.) (1977). New perspectives in personal construct theory. New York: Academic Press.

Bannister D. (1985). Issues and approaches in personal construct theory. London: Academic Press.

Bannister D., Adams-Weber J. R., Penn W. L., Radley A. R. (1975). Reversing the process of thought-disorder: A serial validation experiment. British Journal of Social and Clinical Psychology, 14, 169–180.

Bannister D., Fransella F. (1966). A grid test of schizophrenic thought disorder. British Journal of Social and Clinical Psychology, 5, 95–102.
Bannister D., Salmon P. (1966). Schizophrenic thought disorder: Specific or diffuse? British Journal of Medical Psychology, 39, 215–219.
Bieri J. (1955). Cognitive complexity-simplicity and predictive behavior. Journal of Abnormal and Social Psychology, 51, 263–268.
Bieri J. (1961). Complexity-simplicity as a personality variable in cognitive and preferential behavior. In D. Fiske, S. Maddi (Eds.). Functions of varied experience. Homewood, IL: Dorsey Press.
Bonarius J. (1965). Research in the personal construct theory of George A. Kelly: Role construct repertory test and basic theory. In B. Maher (Ed.). Progress in experimental personality research (pp. 1–46). New York: Academic Press.
Bonarius J., Holland R., Rosenberg S. (Eds.) (1980). Personal construct theory: Recent advances in theory and practice. London: Macmillan.
Duck S. W. (1973). Personal relationships and personal constructs: A study of friendship formation. London: Wiley.
Duck S. W. (1977). Theory and practice in interpersonal attraction. London: Academic Press.
Duck S. W. (1979). The personal and interpersonal in construct theory: Social and individual aspects of relationships. In P. Stringer, D. Bannister (Eds.). Constructs of sociality and individuality (pp. 279–297). London: Academic Press.
Duck S. W., Allison D. (1978). I liked you but I can't live with you: A study of lapsed friendships. Social Behavior and Personality, 6, 43–47.
Duck S. W., Craig G. (1978). Personality similarity and the development of friendship: A longitudinal study. British Journal of Social and Clinical Psychology, 17, 237–242.
Epting F. R. (1980). Personal construct theory psychotherapy. New York: Wiley.
Epting F. R. (1984). Personal construct counseling and psychotherapy. Chichester, Eng.: Wiley.
Fiske S. T., Taylor S. E. (1991). Social cognition. New York: McGraw-Hill.
Fransella F., Bannister D. (1977). A manual for repertory grid technique. New York: Academic Press.
Gottesman I. I., Shields J. (1982). Schizophrenia: The epigenetic puzzle. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
Higgins E. T., King G. A., Mavin G. H. (1982). Individual construct accessibility and subjective impressions and recall. Journal of Personality and Social Psychology, 43, 35–47.
Jankowitz A. D. (1987). Whatever became of George Kelly? Applications and implications. American Psychologist, 42, 481–487.
Kelly G. (1955). The psychology of personal constructs (Vols. 1 and 2). New York: Norton.
Kelly G. (1958). Man's construction of his alternatives. In G. Lindzey (Ed.). Assessment of human motives (pp. 33–64). Orlando, FL: Harcourt Brace Jovanovich, Inc.
Kelly G. (1961). A nonparametric method of factor analysis for dealing with theoretical issues. Unpublished manuscript. Mimeograph, Ohio State University.
Kelly G. (1962). Europe's matrix of decisions. In M. R. Jones (Ed.). Nebraska symposium on motivation (Vol. 10). Lincoln: University of Nebraska Press.
Kelly G. (1963). A theory of personality: The psychology of personal constructs. New York: Norton.
Kelly G. (1969). Clinical psychology and personality. In B. Maher (Ed.). Clinical psychology and personality: The selected papers of George Kelly. New York: Wiley.
Kelly G. (1970). A brief introduction to personal construct theory. In D. Bannister (Ed.). Perspectives in personal construct theory (pp. 1–29). New York: Academic Press.
Landfield A. W., Leitner L. M. (Eds.). (1980). Personal construct psychology. New York: Wiley.
Lord C. G. (1982). Predicting behavioral consistency from an individual's perception of situational similarities. Journal of Personality and Social Psychology, 42, 1076–1088.
Mischel W. (1980). George Kelly's anticipation of psychology: A personal tribute. In M. J. Mahoney (Ed.). Psychotherapy process. New York: Plenum.

Neimeyer G. J. (1984). Cognitive complexity and marital satisfaction. Journal of Social and Clinical Psychology, 2, 258–263.
Neimeyer R. A. (1985). The development of personal construct psychology. Lincoln: University of Nebraska Press.
Neimeyer G. J., Neimeyer R. A. (1981). Personal construct perspectives on cognitive assessment. In T. V. Merluzzi, C. R. Glass, M. Genest (Eds.). Cognitive assessment (pp. 188–232). New York: Guilford Press.
Singer M. T., Wynne L. C., Toohey M. L. (1978). Communication disorders and the families of schizophrenics. In L. C. Wynne, R. L. Cromwell, S. Matthysse (Eds.). The nature of schizophrenia: New approaches to research and treatment. New York: Wiley Medical.
Stewart V., Stewart A. (1982). Business applications of repertory grid. London: McGraw-Hill.
Tobacyk J. J., Downs A. (1986). Personal construct threat and irrational beliefs as cognitive predictors of increases in musical performance anxiety. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 779–782.
Triandis H. C., Hui H., Albert R. D., Leung S., Lisansky J., Diaz-Loving R., Plascencia L., Marin G., Betancourt H., Loyola-Cintron L. (1984). Individual models of social behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 46, 1389–1404.
Wyer R. S., Jr., Srull T. K. (Eds.) (1984). Handbook of social cognition (Vols. 1–3). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Adams-Weber J. (1979). Personal construct theory: Concepts and applications. New York: Wiley-Interscience.
Baldwin A. C., Critelli J. W., Stevens L. C., Russell S. (1986). Androgyny and sex role measurement: A personal construct approach. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 1081–1088.
Epting F. R., Neimeyer R. A. (Eds.) (1984). Personal meanings of death: Applications of personal construct theory to clinical practice. New York: Hemisphere/McGraw-Hill.
Landfield A. W., Epting F. R. (1987). Personal construct psychology: Clinical and personality assessment. New York: Human Sciences Press.
Neimeyer R. A., Neimeyer G. J. (Eds.) (1987). Personal construct therapy casebook. New York: Springer.
Thompson G. G. (1968). George Alexander Kelly: 1905–1967. Journal of General Psychology, 79, 19–24.

Глава 10

ГУМАНИСТИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ: АБРАХАМ МАСЛОУ

Теоретические направления персонологии часто классифицируют в терминах трех основных категорий. Первая, *психоанализ*, представляет человека как существо с инстинктивными и интрапсихическими конфликтами. Эта мрачная концепция человеческой природы вытекает из изучения Фрейдом людей, имеющих психические расстройства, и подчеркивает бессознательные и иррациональные силы в качестве управляющих факторов поведения. Второе направление в психологии личности, *бихевиоризм*, трактует людей практически как послушные и пассивные жертвы сил окружающей среды. Как мы убедились на примере Скиннера, бихевиористы рассматривают научение и опыт в качестве основных строительных блоков того, что мы определяем как личность. *Гуманистическая* психология — третье и самое новое направление персонологии — предлагает радикально противоположную трактовку человеческой природы. Ученые, причисляющие себя к этому течению (также рассматриваемому как «третья сила» или «развитие потенциала человека»), заявляют, что человек от природы хорош и способен к самосовершенствованию. С точки зрения гуманистической психологии, сама сущность человека постоянно движет его в направлении личного роста, творчества и самодостаточности, если только чрезвычайно сильные обстоятельства окружения не мешают этому. Сторонники гуманистической психологии также утверждают, что люди — в высшей степени сознательные и разумные создания без доминирующих бессознательных потребностей и конфликтов. В общем, гуманистические персонологи рассматривают людей как активных творцов собственной жизни, обладающих свободой

выбирать и развивать стиль жизни, которая ограничена только физическими или социальными воздействиями.

Некоторые теоретики в значительной степени склонялись к подобным взглядам, например, Фромм, Олпорт, Келли и Роджерс, однако именно Абрахам Маслоу получил всеобщее признание как выдающийся представитель гуманистической теории личности. Его теория самоактуализации личности, основанная на изучении здоровых и зрелых людей, ясно показывает основные темы и положения, характерные для гуманистического направления.

Жизнь человека нельзя понять, если не принимать во внимание наивысшие стремления. Рост, самоактуализация, стремление к здоровью, поиски идентичности и автономности, жажда прекрасного (и другие способы выражения стремления «наверх») сейчас нужно принять безоговорочно как широко распространенную и, возможно, универсальную тенденцию [Maslow, 1987, p. *XX*]

Теория Маслоу, подчеркивающая уникальность человека и наличие потенциала саморегулируемого и эффективного функционирования, обладает огромной притягательной силой для тех, кто разделяет его оптимистическую точку зрения на человечество. Его вклад в изучение и понимание личности находится в центре внимания этой главы.

АБРАХАМ МАСЛОУ: ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Абрахам Харольд Маслоу (Abraham Harold Maslow) родился в Бруклине, Нью-Йорк, в 1908 году. Он был сыном необразованных родителей-евреев, эмигрировавших из России. Родители очень хотели, чтобы он, старший из семи детей, получил образование, и содействовали этому, хотя, по его собственному признанию, он был одинок и несчастен почти все годы своего детства: «Удивительно, что, имея такое детство, я не заболел психозом. Я был маленьким еврейским мальчиком среди соседей неевреев. Это немного напоминает ситуацию, когда первый негр поступает в школу для белых. Я был одинок и несчастен. Я вырос в библиотеках, среди книг, без друзей» [Hall, 1968, p. 37]. Позже он узнал практическую сторону жизни, работая в летние месяцы в компании по производству бочек, принадлежавшей его семье.

Отношения Маслоу с матерью были наполнены горечью и враждебностью. В недавно опубликованной биографии [Hoffman, 1988] автор пишет, что сильная ненависть Маслоу к матери сохранялась до конца ее дней. Мать Маслоу была очень религиозной женщиной и часто угрожала сыну, что Бог накажет его за малейшие проступки. В результате Маслоу научился ненавидеть религию и сомневаться в Боге.

Он даже отказался присутствовать на ее похоронах. Он характеризовал Розу Маслоу как жестокую, невежественную и враждебную женщину, которая настолько не любила своих детей, что это почти доводило их до душевного расстройства. Ни в одном его высказывании о матери — некоторые из них сделаны публично, хотя она еще была жива — нет ни капли тепла или любви [Hoffman, 1988, p. 7].



Абрахам Х. Маслоу (1908–1970).

Маслоу вспоминал отца как человека, который «любил виски, женщин и драки» [Wilson, 1972, p. 131]. Более того, отец внушил ему, что он уродлив и глуп. Позже Маслоу примирился с отцом и часто говорил о нем с любовью. Однако он никогда не простил матери того, как она обращалась с ним, когда он был ребенком и юношей.

Первоначально, поступая в колледж, Маслоу собирался изучать закон, чтобы угодить отцу. Две недели, проведенные в Сити-колледже в Нью-Йорке, убедили его, что он никогда не станет адвокатом, поэтому он стал посещать более эклектичный курс в Корнелском Университете. В юношеские годы Маслоу перебрался в Университет Висконсина, где закончил официальный академический курс по психологии, получив степень бакалавра в 1930 году, магистра гуманитарных наук в 1931 году и доктора в 1934 году. Во время учебы в Висконсине он работал с Гарри Харлоу (Harry Harlow), известным психологом, который в то время организовывал лабораторию приматов для изучения поведения макак резусов. Докторская диссертация Маслоу была посвящена исследованию сексуального и доминантного поведения в колонии обезьян!

Незадолго до переезда в Висконсин Маслоу женился на Берте Гудман, своей школьной возлюбленной. Его родители были против брака, так как жених и невеста были кузенами, и они боялись, что у них могут родиться дети с генетическими дефектами. Тем не менее брак с Бертой и учеба в Висконсине были очень важными событиями в жизни Маслоу. Однажды он сказал: «Жизнь фактически не начиналась для меня, пока я не женился и не уехал в Висконсин» [Hall, 1968, p. 37].

После получения докторской степени Маслоу возвратился в Нью-Йорк для работы с известным теоретиком в области научения Э. Л. Торндайком в Колумбийском университете. Затем он перешел в Бруклинский колледж, где оставался в течение следующих 14 лет. Маслоу описывал Нью-Йорк этого периода (конец 1930-х — начало 1940-х годов) как центр психологической вселенной. Именно здесь он познакомился с элитой европейских интеллектуалов, которые были вынуждены спасаться от Гитлера. Эрих Фромм, Альфред Адлер, Карен

16 Зак. 1212

Хорни, Рут Бенедикт и Макс Вертгеймер — вот только некоторые из тех, к кому Маслоу обращался в своем стремлении постигнуть поведение человека. Неформальные беседы и волнующий опыт общения с такими выдающимися учеными помогли сформировать интеллектуальную основу дальнейших гуманистических взглядов Маслоу. В этот период он также занимался психоанализом.

В 1951 году Маслоу был назначен заведующим кафедры психологии в Университете Брандеис, он оставался на этом посту до 1961 года, а затем был там профессором психологии. В 1969 году он ушел из Брандеис и стал работать в Благотворительном фонде У. П. Логлина в Менлоу-парк, Калифорния. Этот неакадемический пост давал ему полную свободу в удовлетворении его интереса к философии демократической политики, экономики и этики. Но в 1970 году в возрасте 62 лет Маслоу умер от сердечного приступа, явившегося результатом хронического сердечного заболевания.

Маслоу был членом ряда профессиональных и почетных обществ. В качестве члена Американской психологической ассоциации он был президентом Отделения личности и социальной психологии, а также Отделения эстетики, и был избран президентом всей Ассоциации на срок с 1967 по 1968 год. Он также был редактором-основателем «Журнала гуманистической психологии» (Journal of Humanistic Psychology) и «Журнала трансперсональной психологии» (Journal of Transpersonal Psychology) и являлся консультирующим редактором многочисленных научных периодических изданий. Маслоу живо интересовался возрастной психологией и в конце своей жизни поддерживал Институт Исален в Калифорнии и другие группы, включенные в изучение потенциала человека.

Большинство книг Маслоу были написаны в течение последних 10 лет его жизни. Это: «По направлению к психологии бытия» (1968); «Религии, ценности и вершинные переживания» (1964); «Эупсихея: дневник» (1965); «Психология науки: рекогносцировка» (1966); «Мотивация и личность» (1987, 3rd edition) и «Новые измерения человеческой природы» (1971, сборник статей, ранее опубликованных Маслоу в различных психологических журналах). Том, составленный при участии его жены и названный «Памяти Абрахама Маслоу» (Abraham H. Maslow: A Memorial Volume), был опубликован посмертно в 1972 году.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Термин *гуманистическая психология* был придуман группой персонологов, которые в начале 1960-х годов под руководством Маслоу объединились с целью создания жизнеспособной теоретической альтернативы двум наиболее важным интеллектуальным течениям в психологии — психоанализу и бихевиоризму. Гуманистическая психология не является строго организованной теоретической системой — лучше рассматривать ее как движение (то есть особую группу теоретических подходов к личности и клинической психологии). Маслоу назвал свой подход *психологией третьей силы*. Хотя взгляды сторонников этого движения составляют довольно широкий спектр, они все-таки разделяют определенные фундаментальные концепции на природу человека. Практически все эти концепции имеют глубокие корни в истории западного философского мышления [Durant, 1977]. Гуманистическая психология глубоко уходит корнями в экзистенциальную философию, раз-

работанную такими европейскими мыслителями и писателями, как Серен Кьеркегор (1813–1855), Карл Ясперс (1883–1969), Мартин Хайдеггер (1889–1976) и Жан-Поль Сартр (1905–1980). Некоторые выдающиеся психологи также оказали влияние на развитие гуманистического подхода к личности. Наиболее известными среди них являются Эрих Фромм, Гордон Олпорт, Карл Роджерс, Виктор Франкл и Ролло Мей.

Экзистенциалистский взгляд на человека берет начало из конкретного и специфического осознания уникальности бытия отдельного человека, существующего в конкретный момент времени и пространства. Экзистенциалисты полагают, что каждый из нас живет как «сущий-в-мире», осознанно и болезненно постигая наше существование и конечное несуществование (смерть). Мы не существуем вне мира, и мир не имеет значения без нас, живущих в нем. Отвергая понятие, что человек является продуктом либо наследственных (генетических) факторов, либо влияния окружающей среды (особенно раннего влияния), экзистенциалисты подчеркивают идею о том, что в конце концов каждый из нас ответствен за то, кто мы и чем становимся. Как сказал Сартр: «Человек не что иное, как то, чем он делает себя сам. Таков первый принцип экзистенциализма» [Sartre, 1957, p. 15]. Следовательно, экзистенциалисты полагают, что каждому из нас брошен вызов — мы все стоим перед задачей наполнить нашу жизнь смыслом в этом абсурдном мире. Тогда «жизнь есть то, что мы из нее делаем». Разумеется, уникальный человеческий опыт свободы и ответственности за придание своей жизни смысла не дается даром. Иногда свобода и ответственность могут быть тяжелой и даже пугающей ношей. С точки зрения экзистенциалистов, люди осознают, что они в ответе за свою судьбу, и поэтому испытывают боль отчаяния, одиночество и тревогу.

Только сами люди, брошенные в водоворот жизни в данный момент времени и в данном месте, ответственны за выбор, который они делают. Это не означает, что, если людям дана свобода выбора, они непременно будут действовать в своих собственных интересах. Свобода выбора не гарантирует, что выбор будет безупречным и мудрым. Если бы это было так, люди не страдали бы от отчаяния, отчуждения, тревоги, скуки, вины и множества других навязываемых себе неприятных чувств. Для экзистенциалистов вопрос заключается в том, может или нет человек жить подлинной (честной и искренней) жизнью в осознанной последовательности ее случайностей и неопределенностей. Так как экзистенциальная философия полагает, что каждый человек ответствен за свои действия, она апеллирует к гуманистической психологии; теоретики-гуманисты также подчеркивают, что каждый человек является главным архитектором своего поведения и жизненного опыта. Люди — мыслящие существа, переживающие, решающие и свободно выбирающие свои действия. Следовательно, гуманистическая психология в качестве основной модели принимает ответственного человека, свободно делающего выбор среди предоставленных возможностей. Как заметил Сартр — «Я есть мой выбор».

Наиболее важная концепция, которую гуманистические психологи извлекли из экзистенциализма, — это концепция *становления*. Человек никогда не бывает статичен, он всегда находится в процессе становления. Студент старших курсов колледжа решительно отличается от меняющего одежду, хихикающего подростка, каким он был четыре года назад. А еще через четыре года он может стать совершенно другим из-за того, что освоит новые пути в жизни, например, станет родителем или сделает профессиональную карьеру. Таким образом, как свободное

существо человек ответствен за реализацию как можно большего числа возможностей, он живет по-настоящему подлинной жизнью, только если выполняет это условие. Следовательно, с экзистенциально-гуманистической точки зрения, поиск подлинного существования требует чего-то большего, чем удовлетворение биологических потребностей и сексуальных или агрессивных побуждений. Люди, отказывающиеся от становления, отказываются расти; они отрицают, что в них самих заложены все возможности полноценного человеческого существования. Для гуманистического психолога такой взгляд является трагедией и извращением того, чем может быть человек, так как он ограничивает его жизненные возможности. Проще говоря, будет ошибкой, если люди откажутся от возможности сделать каждый момент своего бытия максимально насыщенным и наилучшим образом выявить свои способности. Тот, кто отказывается принять вызов и создать достойную жизнь, полную смысла, совершает то, что экзистенциалисты называют предательством. Тот, кто предал свою человеческую сущность, не в состоянии решить основные вопросы своего существования. Кто я? Моя жизнь имеет смысл или она абсурдна? Как я могу реализовать мою человеческую природу, даже если я навеки один в этом мире? Вместо этого он видит смысл жизни в слепом подчинении ожиданиям общества, и о нем говорят, что он живет неподлинной жизнью (он неаутентичен).

Несмотря на то, что становлению отводится большая роль, гуманистические психологи признают, что поиск подлинной и полной смысла жизни не легок. Это особенно справедливо в век глубоких культурных перемен и конфликтов, когда традиционные убеждения и ценности больше не являются адекватными путеводными вехами для жизни или для нахождения смысла существования человека. В бюрократическом обществе индивид стремится к деперсонализации и исчезновению в группе. Так, многие люди становятся отчужденными и отстраненными — чуждыми себе и окружающим. Другим не хватает «мужества быть» — уйти от старых шаблонов, настоять на своем и искать новые и эффективные пути для лучшей самоактуализации. Они предпочитают полагаться на то, что одобряется и ценится друзьями, семьей, учителями, религией, социальными установками или обществом в целом. Но свобода строить свое существование может быть как проклятьем, так и благословением: гуманистические психологи утверждают, что преодоление этой проблемы может побудить человека сделать что-то стоящее в жизни. Люди должны принять на себя ответственность за выбор и направление своей судьбы, так как хотели того или нет, но они пришли в этот мир, и они ответственны за одну человеческую жизнь — свою собственную. Избегать свободы и ответственности — значит быть не подлинным (неаутентичным), вести себя предательски и, в конце концов, жить в отчаянии безнадежности.

Наконец, экзистенциалисты утверждают, что единственная «реальность», известная кому-либо, это реальность субъективная, или личная, но не объективная. Такой взгляд можно охарактеризовать в сжатом виде как *феноменологическое*, или «здесь-и-сейчас» направление. И экзистенциалисты, и гуманистические психологи подчеркивают значение субъективного опыта как основного феномена в изучении и понимании человечества. Теоретические построения и внешнее поведение являются вторичными по отношению к непосредственному опыту и его уникальному значению для того, кто его переживает. Так, Маслоу напоминал нам: «Ничто не заменит опыт, совершенно ничто» [Maslow, 1966, p. 45].

В различных теоретических трудах Маслоу выдвигал свою интерпретацию того, что составляет гуманистическую теорию личности. Как вскоре станет совершенно очевидно, его персонологическое направление резко отличается от теорий, доминирующих в последние 50 лет, особенно от психоанализа и бихевиоризма. Но прежде чем подробно разбирать, что представляет собой данный подход к личности, давайте рассмотрим ключевые элементы гуманистической психологии Маслоу.

Индивид как единое целое. Одним из наиболее фундаментальных тезисов, лежащих в основе гуманистической позиции Маслоу, является то, что каждого человека нужно изучать как единое, уникальное, организованное целое. Маслоу чувствовал, что слишком долго психологи сосредоточивались на детальном анализе отдельных событий, пренебрегая тем, что пытались понять, а именно человеком в целом. Пользуясь избитой метафорой, психологи изучали деревья, а не лес. Фактически теория Маслоу изначально развивалась как протест против таких теорий (особенно бихевиоризма), которые имели дело с отдельными проявлениями поведения, игнорируя индивидуальность человека. Для Маслоу человеческий организм всегда ведет себя как *единое целое*, а не как набор дифференцированных частей, и то, что случается в какой-то части, влияет на весь организм. Эта холистическая точка зрения, сформулированная в часто цитируемом метком выражении гештальт-психологии: «Целое — больше чем и отлично от суммы его частей», с очевидностью проявляется во всех теоретических трудах Маслоу.

В теории Маслоу мотивация влияет на человека в целом, а не только на отдельные части его организма.

> В хорошей теории нет такой реальности, как потребность желудка или рта, или гениталий. Есть только потребность индивидуума. Именно Джон Смит хочет есть, не желудок Джона Смита. Далее, удовлетворение приходит ко всему индивидууму, а не к отдельным его частям. Пища удовлетворяет голод Джона Смита, а не голод его желудка... когда Джон Смит голоден, он голоден весь [Maslow, 1987, p. 3].

Для Маслоу центральной характеристикой личности является непременное единство и общность.

Неуместность экспериментов на животных. Сторонники гуманистической психологии признают глубокие различия между поведением человека и животных. Для них человек — нечто большее, чем просто животное; это совершенно особый вид живых существ. Такое суждение резко отличается от радикального бихевиоризма, который в большой степени полагается на исследование поведения животных (например, крыс и голубей) в разработке объяснения поведения человека. В отличие от бихевиористов, которые подчеркивают принадлежность людей к животному миру, Маслоу рассматривал человека как нечто отличное от других животных. Он полагал, что бихевиоризм и соответствующая ему философия «дегуманизировали» человека, трактуя его без малого как машину, составленную из цепочек условных и безусловных рефлексов. Поэтому изучение животных неприменимо для понимания человека, так как при этом игнорируются те характеристики, которые присущи только человеку (например, идеалы, ценности, мужество, любовь, юмор, зависть, вина), а также, что в равной степени важно, те, которые он использует, чтобы создавать поэзию, музыку, науку и другие творения разума.

Внутренняя природа человечества. Теория Фрейда недвусмысленно допускала, что люди находятся во власти бессознательных и иррациональных сил. Более того, Фрейд утверждал, что если не контролировать инстинктивные импульсы, то результатом будет уничтожение людьми других или себя. Справедлива или нет эта точка зрения, но Фрейд мало верил в добродетель человека и с пессимизмом размышлял о его судьбе. Те, кто придерживается гуманистических взглядов, утверждают, что *природа человека в сущности хороша* или, по крайней мере, нейтральна. Возможно, вы захотите оспорить эту точку зрения, если во время вечерней прогулки в парке на вас нападут грабители. Однако, по Маслоу, разрушительные силы в людях являются результатом фрустрации, или неудовлетворенных основных потребностей, а не каких-то врожденных пороков. Он полагал, что от природы в каждом человеке заложены потенциальные возможности для позитивного роста и совершенствования. Именно такого оптимистичного и возвышенного взгляда на человечество Маслоу придерживался всю жизнь.

Творческий потенциал человека. Признание приоритета творческой стороны в человеке является, возможно, самой значительной концепцией гуманистической психологии. Маслоу первым указал, что творчество является наиболее универсальной характеристикой людей, которых он изучал или наблюдал [Maslow, 1950]. Описывая ее как неотъемлемое свойство природы человека, Маслоу [Maslow, 1987] рассматривал творчество как черту, потенциально присутствующую во всех людях от рождения. Это естественно: деревья дают листья, птицы летают, люди творят. Однако он также признавал, что большинство людей теряет это качество в результате «окультуривания» (чему во многом способствует официальное образование). К счастью, некоторые люди сохраняют свою свежую, наивную и непосредственную манеру смотреть на вещи или, если они находятся среди тех, кто потерял это качество, способны со временем восстановить его. По мнению Маслоу, так как способность к творчеству заложена в каждом из нас, оно не требует специальных талантов или способностей. Чтобы быть творческими, нам не нужно писать книги, сочинять музыку или создавать живописные полотна. Сравнительно немногие люди делают это. Творчество — универсальная функция человека, которая ведет ко всем формам самовыражения. Следовательно, например, могут быть творческие диск-жокеи, программисты, бизнесмены, продавцы, клерки и даже профессора колледжа!

Акцент на психическом здоровье. Маслоу утверждал, что ни один из психологических подходов, применявшихся для изучения поведения, не придавал должного значения функционированию здорового человека, его образу жизни или жизненным целям. В частности, он решительно критиковал поглощенность Фрейда изучением болезни, патологии и плохой адаптации. Маслоу считал, что психоаналитическая теория является однобокой, ей не хватает разносторонности, так как она основана на абнормальных или «больных» аспектах природы человека (то есть ее недостатках и несовершенствах) и игнорирует силу и добродетель человечества.

Чтобы исправить этот недостаток, Маслоу сконцентрировал внимание на психически *здоровом человеке* и понимании такого человека с иных позиций, чем сравнение его с психически больным. Он был убежден, что мы не можем понять психическое заболевание, пока не поймем психическое здоровье. Маслоу прямо

заявлял, что изучение увечных, недоразвитых и нездоровых людей может дать в результате только «увечную» психологию. Он решительно настаивал на изучении самоактуализирующихся психически здоровых людей в качестве основы для более универсальной науки психологии. Следовательно, гуманистическая психология считает, что самоусовершенствование является основной темой жизни человека — темой, которую нельзя выявить, изучая только людей с психическими нарушениями.

Гуманистически ориентированные труды Маслоу нашли понимание среди психологов в 1960-е и 1970-е годы. Для многих его подход, подчеркивающий изучение радости, любви, творчества, выбора и самореализации, оказался оптимистической альтернативой тому, что они рассматривали как механистические и дегуманизированные модели поведения человека. Хотя с тех пор популярность гуманистического направления несколько снизилась, его влияние на основные тенденции развития психологии и теории личности все еще очевидно. Такие области, как консультирование, социальная работа, образование, уход за больными, управление в бизнесе и маркетинг, также подверглись влиянию идей Маслоу [Leonard, 1983].

МОТИВАЦИЯ: ИЕРАРХИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ

Вопрос о мотивации, возможно, является наиболее важным во всей персонологии. Маслоу [Maslow, 1968, 1987] полагал, что люди мотивированы для поиска личных целей, и это делает их жизнь значительной и осмысленной. Действительно, *мотивационные процессы* являются сердцевиной гуманистической теории личности. Маслоу описал человека как «желающее существо», который редко достигает состояния полного, завершенного удовлетворения. Полное отсутствие желаний и потребностей, когда (и если) оно существует, в лучшем случае недолговечно. Если одна потребность удовлетворена, другая всплывает на поверхность и направляет внимание и усилия человека. Когда человек удовлетворяет и ее, еще одна шумно требует удовлетворения. Жизнь человека характеризуется тем, что люди почти всегда чего-то желают.

Маслоу предположил, что все потребности человека *врожденные*, или *инстинктоидные*, и что они организованы в иерархическую систему приоритета или доминирования. На рис. 10–1 схематически представлена эта концепция иерархии потребностей в мотивации человека. Потребности в порядке их очередности:

- физиологические потребности;
- потребности безопасности и защиты;
- потребности принадлежности и любви;
- потребности самоуважения;
- потребности самоактуализации, или потребности личного совершенствования.

В основе этой схемы лежит допущение, что доминирующие потребности, расположенные внизу, должны быть более или менее удовлетворены до того, как человек может осознать наличие и быть мотивированным потребностями, расположенными вверху. Следовательно, потребности одного типа должны быть удовлетворены полностью прежде, чем другая, расположенная выше, потребность

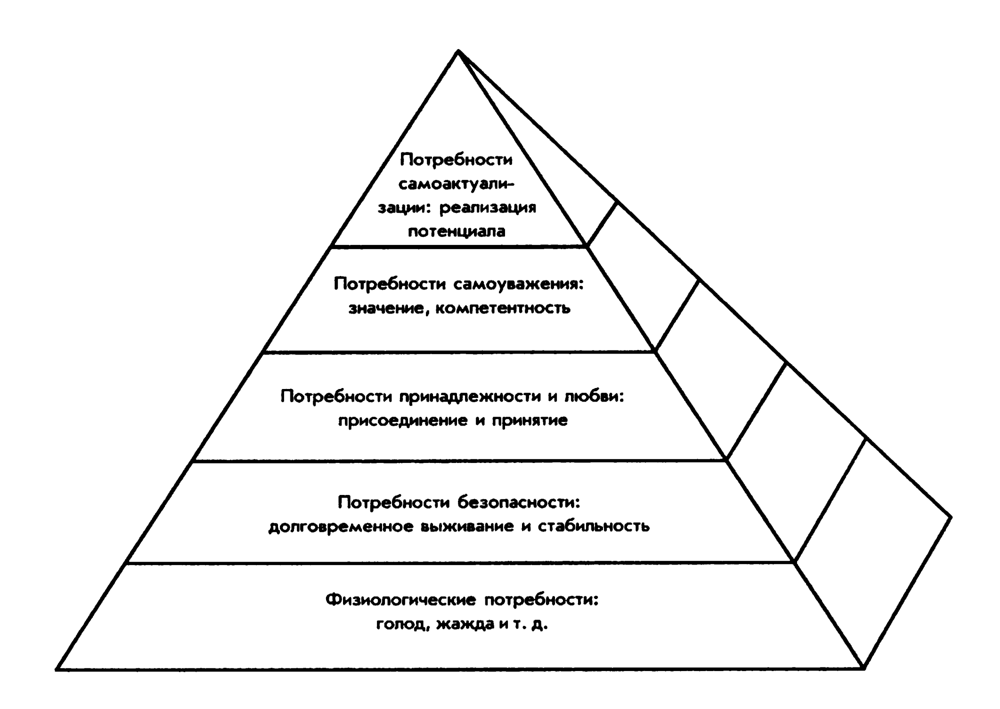


Рис. 10–1. *Схематическое представление иерархии потребностей Маслоу.*

проявится и станет действующей. Удовлетворение потребностей, расположенных внизу иерархии, делает возможным осознание потребностей, расположенных выше в иерархии, и их участие в мотивации. Таким образом, физиологические потребности должны быть в достаточной степени удовлетворены прежде, чем возникнут потребности безопасности; физиологические потребности и потребности безопасности и защиты должны быть удовлетворены до некоторой степени прежде, чем возникнут и будут требовать удовлетворения потребности принадлежности и любви. По Маслоу, это последовательное расположение основных нужд в иерархии является главным принципом, лежащим в основе организации мотивации человека. Он исходил из того, что иерархия потребностей распространяется на всех людей и что чем выше человек может подняться в этой иерархии, тем большую индивидуальность, человеческие качества и психическое здоровье он продемонстрирует.

Маслоу допускал, что могут быть исключения из этого иерархического расположения мотивов. Он признавал, что какие-то творческие люди могут развивать и выражать свой талант, несмотря на серьезные трудности и социальные проблемы. Также есть люди, чьи ценности и идеалы настолько сильны, что они готовы скорее переносить голод и жажду или даже умереть, чем отказаться от них. Например, общественные и политические активисты в Южной Африке, Балтийских государствах и восточноевропейских странах продолжают свою борьбу, несмотря на усталость, тюремное наказание, физические лишения и угрозу

смерти. Голодовка, организованная сотнями китайских студентов на площади Тяньанмынь, — еще один пример. Наконец, Маслоу предполагал, что некоторые люди могут создавать собственную иерархию потребностей благодаря особенностям своей биографии. Например, люди могут отдавать больший приоритет потребностям уважения, а не потребностям любви и принадлежности. Таких людей больше интересует престиж и продвижение по службе, а не интимные отношения или семья. В целом, однако, чем ниже расположена потребность в иерархии, тем она сильнее и приоритетнее.

Ключевым моментом в концепции иерархии потребностей Маслоу является то, что потребности никогда не бывают удовлетворены по принципу «все или ничего». Потребности частично совпадают, и человек одновременно может быть мотивирован на двух и более уровнях потребностей. Маслоу сделал предположение, что средний человек удовлетворяет свои потребности примерно в следующей степени: 85% — физиологические, 70% — безопасность и защита, 50% — любовь и принадлежность, 40% — самоуважение и 10% — самоактуализация [Maslow, 1970]. К тому же потребности, появляющиеся в иерархии, возникают постепенно. Люди не просто удовлетворяют одну потребность за другой, но одновременно частично удовлетворяют и частично не удовлетворяют их. Следует также отметить, что неважно, насколько высоко продвинулся человек в иерархии потребностей: если потребности более низкого уровня перестанут удовлетворяться, человек вернется на данный уровень и останется там, пока эти потребности не будут в достаточной мере удовлетворены.

Теперь давайте рассмотрим категории потребностей Маслоу и выясним, что включает в себя каждая из них.

Физиологические потребности

Самыми основными, сильными и неотложными из всех человеческих потребностей являются потребности, существенные для физического выживания. В эту группу включаются потребности: в пище, питье, кислороде, в физической активности, сне, защите от экстремальных температур и в сенсорной стимуляции. Эти *физиологические потребности* непосредственно касаются биологического выживания человека и должны быть удовлетворены на каком-то минимальном уровне прежде, чем любые потребности более высокого уровня станут актуальными. Иначе говоря, человек, которому не удается удовлетворить эти основные потребности, достаточно долго не будет заинтересован в потребностях, занимающих высшие уровни иерархии.

Конечно, социальное и физическое окружение в американской культуре обеспечивает удовлетворение первичных потребностей для большинства людей. Однако, если у человека одна из этих потребностей остается неудовлетворенной, она очень быстро становится настолько доминирующей, что все другие потребности исчезают или отходят на задний план. Хронически голодный человек вряд ли стремится сочинять музыку, делать карьеру или строить дивный новый мир. Такой человек слишком занят поисками хоть какой-то еды.

Потребности поддержания жизни являются решающими для понимания поведения человека. Разрушительное воздействие, которое оказывает на поведение

недостаток пищи или воды, описано в многочисленных экспериментах и автобиографиях. Один из примеров того, насколько голод может господствовать над поведением человека, получен при изучении мужчин, которые отказались от несения военной службы во время второй мировой войны по религиозным или другим соображениям. Они согласились участвовать в эксперименте, в котором их посадили на полуголодную диету для изучения воздействия фактора пищевой депривации на поведение [Keys et al., 1950]. Во время исследования, по мере того как мужчины начали терять в весе, они стали безразличными почти ко всему, кроме еды. Они постоянно говорили о еде, и поваренные книги стали их любимым чтением. Многие из мужчин даже потеряли интерес к своим девушкам! Этот и многие другие зарегистрированные случаи показывают, как внимание обычно перемещается от более высоких потребностей к более низким, если последние перестают удовлетворяться.

Потребности безопасности и защиты

Когда физиологические потребности в достаточной мере удовлетворены, для человека приобретают значение другие потребности, часто называемые *потребностями безопасности и защиты*. Сюда включены потребности: в организации, стабильности, в законе и порядке, в предсказуемости событий и в свободе от таких угрожающих сил, как болезнь, страх и хаос. Таким образом, эти потребности отражают заинтересованность в долговременном выживании.

Маслоу предположил, что проявление потребностей безопасности и защиты проще всего наблюдать у младенцев и маленьких детей ввиду их относительной беспомощности и зависимости от взрослых. Младенцы, например, демонстрируют реакцию испуга, если их неожиданно уронят или испугают громким шумом или вспышкой света. Проявление потребности безопасности так же очевидно, когда дети заболевают. Ребенок со сломанной ногой может испытывать страхи, страдать от ночных кошмаров и проявлять потребность в защите и утешении, не слишком очевидную до несчастного случая.

Другой показатель потребности в безопасности — предпочтение ребенком определенного рода зависимости, стабильного распорядка. По Маслоу, маленькие дети наиболее эффективно функционируют в семье, где, по крайней мере до определенной степени, установлены четкий режим и дисциплина. Если данные элементы отсутствуют в окружении, ребенок не чувствует себя в безопасности, он становится тревожным, недоверчивым и начинает выискивать более стабильные жизненные территории. Маслоу далее замечал, что родители, которые воспитывают детей, ничем не ограничивая и все разрешая, не удовлетворяют их потребность в безопасности и защите. Если от ребенка не требуют, чтобы он ложился спать в определенное время или ел через какие-то регулярные промежутки времени, это только вызовет замешательство и испуг. В этом случае у ребенка не будет в окружении ничего стабильного, от чего можно зависеть. Маслоу рассматривал родительские ссоры, случаи физического оскорбления, разлуку, развод и смерть в семье в качестве моментов, особенно вредных для благополучия ребенка. Эти факторы делают его окружение нестабильным, непредсказуемым и, следовательно, ненадежным.

Потребности безопасности и защиты также в большой мере влияют и на поведение людей, вышедших из детского возраста. Предпочтение надежной работы со стабильным высоким заработком, создание сберегательных счетов, приобретение страховки (например, медицинской и по безработице) можно рассматривать как поступки, отчасти мотивированные поисками безопасности. В какой-то мере система религиозных или философских убеждений позволяет человеку организовать свой мир и окружающих людей в единое, наполненное смыслом целое, таким образом давая ему возможность чувствовать себя «в безопасности». Другое проявление потребности в безопасности и защите можно видеть, когда люди сталкиваются с реальными чрезвычайными обстоятельствами — такими, как войны, наводнения, землетрясения, восстания, общественные беспорядки и тому подобное.

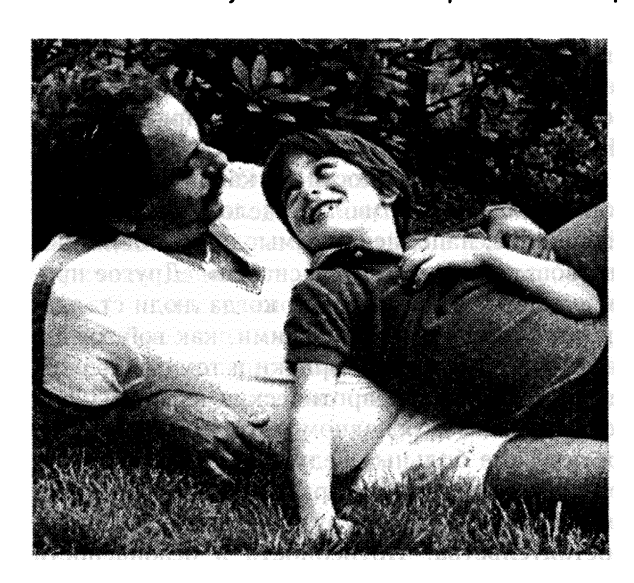
Маслоу предположил, что определенные типы невротических взрослых людей (особенно обсессивно-компульсивный тип) в основном мотивированы поиском безопасности. Некоторые невротические больные ведут себя так, как если бы надвигалась большая катастрофа, неистово пытаясь организовать свой мир в надежную, стабильную, четко организованную структуру, где не могли бы появиться новые непредвиденные обстоятельства. Потребность в безопасности больного неврозом «часто находит специфическое выражение в поиске защитника: более сильного человека или системы, от которых он может зависеть» [Maslow, 1987, p. 19].

Потребности принадлежности и любви

Третий ряд в пирамиде Маслоу составляют *потребности принадлежности и любви*. Эти потребности начинают действовать, когда физиологические потребности и потребности безопасности и защиты удовлетворены. На этом уровне люди стремятся устанавливать отношения привязанности с другими, в своей семье и/или в группе. Групповая принадлежность становится доминирующей целью для человека. Следовательно, человек будет остро чувствовать муки одиночества, общественного остракизма, отсутствия дружбы и отверженности, особенно когда они вызваны отсутствием друзей и любимых. Студенты, которые учатся далеко от дома, делаются жертвами потребности принадлежности, страстно желая, чтобы их признали и приняли в группе сверстников.

Потребности принадлежности и любви играют значительную роль в нашей жизни. Ребенок страстно хочет жить в атмосфере любви и заботы, в которой все его потребности удовлетворяются, и он получает много ласки. Подростки, стремящиеся найти любовь в форме уважения и признания своей независимости и самостоятельности, тяготеют к участию в религиозных, музыкальных, спортивных, академических или других сплоченных группах. Молодые люди испытывают потребность в любви в форме сексуальной близости, то есть необычных переживаний с лицом противоположного пола. Слова популярных песен служат достаточным доказательством могущественного влияния потребностей принадлежности и любви в этот период жизни.

Маслоу определял два вида любви взрослых: *дефицитарная*, или *Д-любовь*, и *бытийная*, или *Б-любовь* [Maslow, 1968]. Д-любовь основана на дефицитарной потребности — это любовь, исходящая из стремления получить то, чего нам не



Привязанность к родителю удовлетворяет потребность ребенка в принадлежности и любви.
(Joel Gordon)

хватает, скажем, самоуважение, секс или общество кого-то, с кем мы не чувствуем себя одинокими. Например, отношения могут удовлетворять нашу потребность в утешении и защите — будет ли это длительная связь, совместная жизнь или брак. Таким образом, это эгоистичная любовь, которая берет, а не дает. Б-любовь, наоборот, основана на осознании человеческой ценности другого, без какого-либо желания изменить или использовать его. Маслоу определял эту любовь как любовь «бытия» другого, несмотря на его несовершенства. Она не собственническая, не назойливая и в основном касается поощрения в другом человеке его позитивного представления о себе, самоприятия, чувства значимости любви — всего, что позволяет человеку расти. Более того, Маслоу отвергал идею Фрейда о том, что любовь и привязанность являются производными от сублимированных сексуальных инстинктов; для Маслоу любовь — не синоним секса. Скорее он настаивал на том, что зрелая любовь подразумевает здоровые, нежные взаимоотношения между двумя людьми, основанные на взаимном уважении, восхищении и доверии. Быть любимым и признанным важно для здорового чувства достоинства. Когда вас не любят, появляется пустота и враждебность.

Несмотря на скудость эмпирических данных, касающихся потребностей принадлежности и любви, Маслоу настаивал на том, что их влияние на поведение потенциально разрушительно в таком меняющемся и подвижном обществе, как Соединенные Штаты. Америка стала землей кочевников (по данным переписи, приблизительно одна пятая населения меняет адреса по крайней мере раз в год), стала нацией без корней, отчужденной, безразличной к проблемам дома и сообщества, пораженной поверхностностью человеческих отношений. Несмотря на тот факт, что люди живут в густо населенных местах, они часто не общаются. Многие едва знают имена и лица людей по соседству, не вступают с ними в разговоры. В общем, не избежать вывода, что поиски близких взаимоотношений являются одной из наиболее широко распространенных социальных потребностей человечества.

Именно Маслоу утверждал, что потребности принадлежности и любви часто не удовлетворяются американским обществом, в результате чего развиваются дизадаптация и патология. Многие неохотно открывают себя для близких отношений, так как боятся быть отвергнутыми. Маслоу заключал, что есть доказательство существенной корреляции между счастливым детством и здоровьем в зрелой жизни. Такие данные, с его точки зрения, поддерживают тезис, что любовь является основной предпосылкой здорового развития человека.

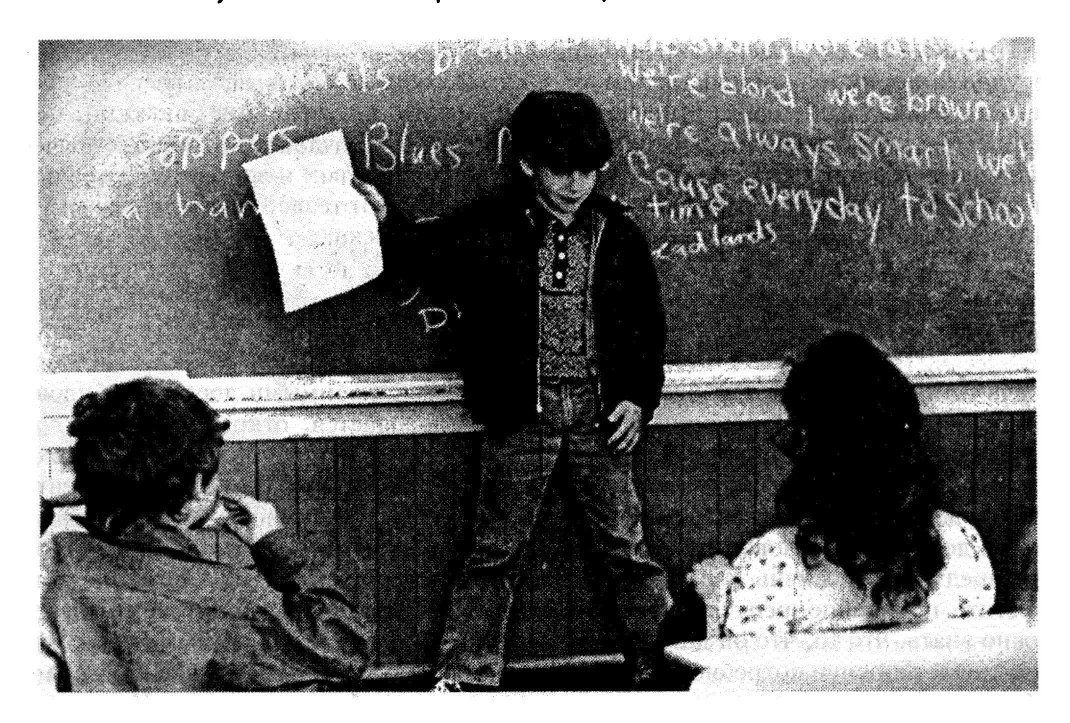
Потребности самоуважения

Когда наша потребность любить других и быть ими любимыми достаточно удовлетворена, степень ее влияния на поведение уменьшается, открывая дорогу *потребностям самоуважения*. Маслоу разделил их на два основных типа: самоуважение и уважение другими. Первый включает такие понятия, как компетентность, уверенность, достижения, независимость и свобода. Человеку нужно знать, что он достойный человек, может справляться с задачами и требованиями, которые предъявляет жизнь. Уважение другими включает в себя такие понятия, как престиж, признание, репутация, статус, оценка и приятие. В этом случае человеку нужно знать, что то, что он делает, признается и оценивается значимыми другими.

Удовлетворение потребностей самоуважения порождает чувство уверенности в себе, достоинство и осознание того, что вы полезны и необходимы в мире. Напротив, фрустрация этих потребностей приводит к чувству неполноценности, бессмысленности, слабости, пассивности и зависимости. Это негативное самовосприятие, в свою очередь, может вызвать существенные трудности, чувство пустоты и беспомощности в столкновении с жизненными требованиями и низкую оценку себя по сравнению с другими. Дети, чья потребность в уважении и признании отрицается, особенно склонны низко оценивать себя [Coopersmith, 1967].

Маслоу подчеркивал, что здоровое самоуважение основывается на заслуженном уважении другими, а не на славе, социальном положении или лести. Следовательно, довольно рискованно строить удовлетворение потребности в уважении на мнении других, а не на собственных способностях, достижениях и аутентичности. Если наше самоуважение зависит от посторонней оценки — мы находимся в психологической опасности. Для того, чтобы быть прочным, самоуважение должно основываться на нашей *действительной* значимости, а не на внешних факторах, находящихся вне нашего контроля.

Очевидно, что потребности уважения в жизни выражаются очень разнообразно. Одобрение сверстников, квинтэссенция уважения для подростка, выражается в том, что он популярен и его приглашают на вечеринки, а взрослого уважают обычно за то, что у него есть семья и дети, хорошо оплачиваемая работа и заслуги в деятельности гражданских организаций. Маслоу предположил, что потребности уважения достигают максимального уровня и перестают расти в зрелости, а затем, в средние годы, их интенсивность уменьшается [Maslow, 1987]. Тому есть две причины. Во-первых, взрослые обычно приобретают более реалистичную оценку своей действительной значимости и ценности, поэтому потребности уважения больше не являются ведущими силами в их жизни. Во-вторых, большинство взрослых уже имели опыт уважения и признания, что позволяет им двигаться



Удовлетворение потребности самоуважения позволяет ребенку чувствовать себя уверенным в присутствии сверстников.
(Elizabeth Hamlin/Stock, Boston)

к более высоким уровням растущей мотивации. Эти положения отчасти могут объяснить заявление Маслоу, что истинная самоактуализация встречается только после достижения зрелого возраста.

Потребности самоактуализации

И наконец, если все вышеупомянутые потребности в достаточной мере удовлетворены, на передний план выступают потребности самоактуализации. Маслоу [Maslow, 1987] охарактеризовал *самоактуализацию* как желание человека стать тем, кем он может стать. Человек, достигший этого высшего уровня, добивается полного использования своих талантов, способностей и потенциала личности. Короче, самоактуализироваться — значит стать тем человеком, которым мы можем стать, достичь вершины нашего потенциала. Говоря словами Маслоу: «Музыканты должны играть музыку, художники должны рисовать, поэты должны сочинять стихи, если они, в конце концов, хотят быть в мире с самими собой. Люди должны быть тем, кем они могут быть. Они должны быть верны своей природе» [Maslow, 1987, p. 22].

Самоактуализация не обязательно должна принимать форму творческих усилий, выражающихся в созданий произведений искусства. Родитель, спортсмен, студент, преподаватель или рабочий у станка — все могут актуализировать свой потенциал, выполняя наилучшим образом то, что они делают; специфические формы

самоактуализации очень разнообразны. Именно на этом высшем уровне иерархии потребностей люди сильнее всего отличаются друг от друга.

Чтобы проиллюстрировать самоактуализацию в действии, предположим, что Нэнси посещает индивидуальный курс, входящий в долговременный план обучения по специальности «клиническая психология». Другие теоретики, возможно, смогли бы объяснить, почему она выбрала данную карьеру. Фрейд мог бы сказать, что это связано с глубоко подавленным в детстве любопытством к сексу, а Адлер увидел бы в этом попытку компенсировать некоторую детскую неполноценность. Скиннер, с другой стороны, мог бы сказать, что это результат ее истории научения, а Бандура мог бы отнести это к социально-когнитивным переменным. Маслоу, однако, настаивает на том, что Нэнси, вероятно, движется к тому, чтобы стать таким человеком, каким она действительно хочет быть — то есть ее привела к этой карьере потребность самоактуализации.

Теперь предположим, что Нэнси закончила многочисленные курсы по психологии, прошла требуемую 2000-часовую интернатуру, защитила диссертацию и, наконец, получила степень доктора по клинической психологии. Затем кто-то предлагает ей работу в службе по наблюдению за употреблением наркотиков в Майами. Работа оплачивается чрезвычайно хорошо, дает ощутимые привилегии и гарантирует постоянную занятость и богатый опыт. Повлияют эти обстоятельства на то, что Нэнси примет предложение? Если она ответит утвердительно, то отступит назад в иерархии потребностей на три ступени до второго уровня (потребности безопасности), а следовательно, психологически именно там она сейчас и находится. Если она не примет предложение, то почему? Конечно, не потому, что работа не имеет общественной ценности: Майами, конечно, не такое безопасное место, в котором можно жить, имея психологов и не имея сотрудников по наблюдению за употреблением наркотиков.

С точки зрения Маслоу, ответ на этот вопрос заключается в том, что Нэнси должна быть тем, чем она может быть. При ее талантах и устремлениях она просто имела бы меньше шансов для самоактуализации, если бы решила делать карьеру в службе наблюдения за употреблением наркотиков из-за оплаты, служебной безопасности, привилегий и так далее. Вместо этого она выбирает работу клинического психолога, чтобы развить свои способности и стать человеком, которым она действительно хочет стать, короче говоря, самоактуализироваться. Концепция самоактуализации Маслоу волнующа и нова, потому что она заставляет человека обращать взор на то, чем он может быть, и, следовательно, придает его жизни интерес и цель.

Почему самоактуализация так редка

Маслоу сделал предположение, что большинство людей, если не все, нуждаются во внутреннем совершенствовании и ищут его. Его собственные исследования привели к заключению, что побуждение к реализации наших потенциалов естественно и необходимо. И все же только некоторые — как правило, одаренные — люди достигают ее (меньше, чем 1% всего населения по оценке Маслоу). Отчасти дела обстоят столь неблагополучным образом потому, что многие люди просто не видят своего потенциала; они и не знают о его существовании и не понимают пользы

самосовершенствования. Пожалуй, они склонны сомневаться и даже бояться своих способностей, тем самым уменьшая шансы для самоактуализации. Это явление Маслоу называл *комплексом Ионы*. Он характеризуется страхом успеха, который мешает человеку стремиться к величию и самосовершенствованию.

К тому же социальное и культурное окружение часто подавляет тенденцию к актуализации определенными нормами по отношению к какой-то части населения. Примером тому является культурный стереотип мужественности. Такие человеческие качества, как сочувствие, доброта, мягкость и нежность, часто мешают мужчинам, потому что существует культурная тенденция рассматривать данные характеристики как «немужественные». Или вспомним о подавляющем влиянии традиционной женской роли на психосоциальное развитие женщин [Eagly, 1987; Tavris, Wade, 1984]. Исходя из этого, актуализация высших потенциалов в общей массе возможна только при «хороших условиях». Или, более точно, людям нужно «способствующее» общество, в котором можно раскрыть свой человеческий потенциал наиболее полно. С этой точки зрения, ни одно общество в человеческой истории не предоставляло оптимальной возможности для самоактуализации всех его членов, хотя, надо признаться, некоторые все же намного лучше других в смысле обеспечения условий для самосовершенствования индивида.

Последнее препятствие для самоактуализации, упоминаемое Маслоу, — сильное негативное влияние, оказываемое потребностями безопасности. Процесс роста требует постоянной готовности рисковать, ошибаться, отказываться от старых привычек. Это требует мужества. Следовательно, все, что увеличивает страх и тревогу человека, увеличивает также и тенденцию возврата к поиску безопасности и защиты. Очевидно и то, что большинство людей имеют сильную тенденцию сохранять специфические привычки, то есть придерживаться старого стиля поведения. Реализация же нашей потребности в самоактуализации требует открытости новым идеям и опыту. Маслоу утверждал, что дети, воспитанные в безопасной, дружеской, заботливой атмосфере, более склонны к приобретению здорового представления о процессе роста. Короче, при здоровых условиях (когда удовлетворению основных потребностей человека ничто не угрожает) рост приносит удовольствие, и человек стремится стать настолько хорошим, насколько позволяют его способности. И напротив, люди, которым не удалось развить свой истинный потенциал — стать тем, чем они могли бы стать — реагируют на депривацию своих основных потребностей. Если бы большое число людей достигло самоактуализации, то могли бы измениться потребности человечества в целом, и появилось бы больше возможностей для удовлетворения потребностей низких уровней. Очевидно, такая задача потребует существенной реорганизации многих наших социальных институтов и политических структур.

ДЕФИЦИТАРНАЯ МОТИВАЦИЯ И МОТИВАЦИЯ РОСТА

В дополнение к своей иерархической концепции мотивации Маслоу выделил две глобальные категории мотивов человека: *дефицитные* мотивы и мотивы *роста* [Maslow, 1987]. Первые (также называемые *дефицитарными*, или *Д-мотивами*) заключают в себе чуть больше, чем низкоуровневые потребности в мотивационной иерархии, особенно что касается наших физиологических требований и требований безопасности. Единственной целью депривационной мотивации является

удовлетворение дефицитарных состояний (например, голод, холод, опасность). В этом смысле Д-мотивы являются стойкими детерминантами поведения. По Маслоу, дефицитарные мотивы удовлетворяют пяти критериям [Maslow, 1968, 1987]:

- их отсутствие вызывает болезнь (возьмем в качестве примера голод: человек, который не ест, в конце концов заболевает);
- их присутствие предотвращает болезнь (человек, который разумно ест, не заболевает);
- их восстановление излечивает болезнь (нет другого способа излечить голод, кроме пищи);
- при определенных сложных, свободно выбираемых условиях, человек предпочтет удовлетворить их (голодающий человек выберет пищу, а не привязанность семьи или друзей);
- они неактивны или функционально отсутствуют у здорового человека (здоровые люди находятся в условиях достаточно благополучных, чтобы их поведение не сдерживалось постоянными поисками пищи).

Таким образом, дефицитарная мотивация нацелена на изменение существующих условий, которые воспринимаются как неприятные, фрустрирующие или вызывающие напряжение.

В отличие от Д-мотивов, *мотивы роста* (также называемые *метапотребностями* и *бытийными,* или *Б-мотивами*) имеют отдаленные цели, связанные со стремлением актуализировать наш потенциал. Объективные мотивы роста, или метапотребности (*мета* означает «сверх» или «после») должны обогатить и расширить жизненный опыт, увеличить напряжение посредством нового, волнующего и разнообразного опыта. Мотивация роста предполагает не столько возмещение дефицитарных состояний (то есть уменьшение напряжения), сколько расширение кругозора (то есть увеличение напряжения). Студент, который выбирает курс органической химии просто потому, что хочет расширить свои познания, в большей степени демонстрирует Б-мотивацию, чем мотивацию типа Д. Конечно, он не заинтересуется органической химией, если умирает от голода. Таким образом, мотивы роста, или мотивы типа Б, приобретают актуальность главным образом после того, как в достаточной мере удовлетворены Д-мотивы.

Маслоу [Maslow, 1968, 1987] указывал на ряд метапотребностей или бытийных ценностей в описании мотивации самоактуализации людей (табл. 10–1). Рассматривая эти потребности роста, следует помнить, что хотя они представлены в очень абстрактной форме, в реальных жизненных ситуациях они довольно конкретны и специфичны. Далее, все метапотребности или метаценности тесно переплетены с отвергнутой потребностью самоактуализации. Например, адвокат может искать справедливость (честность, порядок, законность) в своей деятельности. Справедливость является конечной ценностью для него; он занят поисками справедливости, а не престижа или власти, или богатства, просто потому, что любит преследовать недостижимую цель. Для другого человека доминирующей ценностью является истина; он может достичь значительных успехов, изучая, как вирусы атакуют биологическую защиту тела. Если он найдет лекарство от СПИДа, это может быть неожиданным побочным продуктом внутреннего стремления к совершенству, которое достигается только поисками истины.

Маслоу сделал предположение, что метапотребности, в отличие от дефицитарных потребностей, важны в равной степени и не располагаются в порядке

Таблица 10–1. **Примеры метапотребностей по Маслоу**

	Метапотребность	Характеристики
1	Целостность	Единство, интеграция, тенденция к тождеству, взаимосвязанность, простота, организация, структура, дихотомия трансцендентного, порядок
2	Совершенство	Необходимость, справедливость, точность, неизбежность, уместность, правосудие, завершенность, долженствование
3	Завершение	Окончание, финал, утверждение, исполнение, судьба, рок
4	Закон	Справедливость, незапятнанность, порядок, законность, долженствование
5	Активность	Процесс, подвижность, спонтанность, саморегуляция, полное функционирование
6	Богатство	Дифференциация, сложность
7	Простота	Честность, открытость, сущность, абстракция, основная структура
8	Красота	Правильность, форма, живость, простота, богатство, целостность, совершенство, завершенность, уникальность, благородство
9	Доброта	Правота, желательность, долженствование, справедливость, добрая воля, честность
10	Уникальность	Особенность, индивидуальность, несравнимость, новизна
11	Ненапряженность	Легкость; отсутствие напряжения, усилий, сложностей; изящество, совершенство
12	Игра	Забава, удовольствие, развлечение, юмор, изобилие, легкость
13	Истина, честь, реальность	Открытость, простота, богатство, долженствование, чистая и незамутненная красота, завершенность, сущность
14	Самонадеянность	Автономия, независимость, отсутствие необходимости в других для того, чтобы быть самим собой, самоопределение, выход за пределы среды, отдельность, жизнь по своим собственным правилам

Источник: адаптировано из Maslow, 1968.

приоритетности. Следовательно, одна метапотребность легко может быть заменена другой, если так диктуют обстоятельства жизни человека. Метамотивированный художник, например, может стремиться к красоте через свою творческую деятельность. Позже, как метамотивированный родитель, он может получать радость и удовольствие от того, что принимает участие в воспитании и развитии ребенка. И то, и другое в равной степени представляет собой «метажизнь», демонстрируя различные ее выражения.

Маслоу выдвинул наводящую на размышление гипотезу, что метапотребности, так же, как и дефицитарные потребности, являются инстинктивными, или имеющими биологические корни [Maslow, 1967]. Следовательно, они также должны быть удовлетворены, если человек хочет сохранить психическое здоровье и достичь максимума своих возможностей. Что же тогда мешает большинству людей функционировать на уровне метапотребностей? Маслоу полагал, что люди в своем большинстве не становятся метамотивированными потому, что отрицают свои дефицитарные потребности, не удовлетворяя тем самым метапотребности. Более того, депривация метапотребностей, в отличие от депривации дефицитарных по-

требностей, не всегда переживается как осознанное желание. Человек не осознает, что игнорируются его метапотребности, как это бывает в случае с дефицитарными потребностями. Действительно, метапотребности, когда они удовлетворяются, часто ведут к увеличению напряжения, в то время как дефицитарные потребности, когда они удовлетворяются, всегда приводят к уменьшению напряжения. И тем не менее, переживает непосредственно человек свои метапотребности или нет, это не влияет на тот факт, что их неудовлетворение подавляет рост и функционирование здоровой личности.

Метапатологии

Как указывалось ранее, метамотивация невозможна до тех пор, пока человек адекватно не удовлетворил дефицитарные потребности низкого уровня. Редко, если это вообще возможно, метапотребности действительно становятся доминирующими силами в жизни человека, без того, чтобы его низкоуровневые потребности были удовлетворены, хотя бы частично. Тем не менее, депривация и фрустрация метапотребностей может вызвать у человека психическое заболевание. Маслоу характеризовал болезни, появляющиеся в результате неудовлетворенных метапотребностей, как *метапатологии* [Maslow, 1971]. Такие состояния, как апатия, отчуждение, депрессия и цинизм — примеры того, что Маслоу подразумевал под высшим уровнем психических расстройств. В гуманистической психологии человек не только пользуется большим уважением, чем в психоанализе и бихевиоризме, но его даже наделяют психическими расстройствами высшего класса! В табл. 10–2 приведены дополнительные примеры специфических метапатологий, происходящих в результате фрустрации метапотребностей.

Маслоу предположил, что многочисленные симптомы, связанные с накопительским и ориентированным на потребление, но несамодостаточным стилем жизни, свидетельствуют о метапатологиях. Это такие симптомы, как неспособность глубоко любить кого-нибудь; стремление жить только сегодняшним днем; нежелание видеть что-либо ценное и достойное в жизни; неумение ценить настойчивость

Таблица 10–2. **Примеры метапатологий по Маслоу**

Недоверие, цинизм, скептицизм
Ненависть, антипатия, отвращение, расчет только на себя и для себя
Вульгарность, нетерпеливость, отсутствие вкуса, бесцветность
Дезинтеграция
Утрата чувства собственного «Я» и индивидуальности, ощущение себя постоянно меняющимся и анонимным
Безнадежность, нежелание чего-либо добиваться
Гнев, цинизм, непризнание законов, тотальный эгоизм
Мрачность, депрессия, угрюмость, отсутствие интереса к жизни, параноидное отсутствие чувства юмора
Перекладывание ответственности на других
Бессмысленность, отчаяние, утрата смысла жизни

Источник: адаптировано из Maslow, 1971.

в поисках личного совершенствования; неэтичное поведение. Человек, страдающий метапатологией, часто не замечает этого. Он может смутно чувствовать, что чего-то не хватает в жизни, но не знать, чего именно. Маслоу даже предположил, что нарушения в когнитивном функционировании можно понять как депривацию метапотребностей (то есть как выражение метапатологий). Отрицание истины (метапотребности), например, может сделать человека подозрительным и боящимся других. Клинические психологи традиционно называют такого человека *параноидным*. Здоровое чувство любопытства может тоже ослабеть, если человек лишается когнитивных метапотребностей или отрицает их. Некоторых людей совершенно не интересует, что происходит в мире: события за рубежом, научные открытия, новые стили в живописи и музыке и прогноз погоды на завтра. Даже великие тайны жизни они могут игнорировать или принимать как само собой разумеющееся. Метамотивированные люди, с другой стороны, очень заинтересованы в том, что происходит в мире и постоянно поражаются новым открытиям. Они не принимают тайны жизни как само собой разумеющееся.

И наконец, Маслоу размышлял о том, что метапатологии могут быть ответственны за искажение ценностного развития. Он чувствовал, что многие люди путают, что правильно и что неправильно (например, пьянство, наркотики, война) потому, что они лишены метапотребностей совершенствования, доброты, честности и справедливости. Слишком часто, добавлял он, это приводит к оскудению социальных чувств, неуважению к правам других и равнодушию к таким этическим ценностям, как благородство и сострадание.

Дефицитарный образ и метаобраз жизни: путь к совершенствованию

Возможно, вас заинтересует, что такое жить в сфере метапотребностей, метажизни или жизни бытия. К счастью, Маслоу [Maslow, 1968,1987] предложил нам логически последовательную картину своего видения наивысших достижений человеческого опыта, сравнивая дефицитарную жизнь (Д-жизнь) и бытийную, или метажизнь (Б-жизнь).

Д-жизнь — это в основном стремление удовлетворить существующий дефицит или требования окружения. Это стиль жизни, ориентированный на снижение напряжения, гомеостаз и импульсивное удовлетворение. Выражение «живи сегодняшним днем, потому что завтра может не наступить» выражает позицию Д-ориентированного человека. Маслоу отмечал, что Д-жизнь превращает человека в обыкновенного респондента, «...просто реагирующего на стимулы, на поощрения и наказания, на чрезвычайные обстоятельства, на боль и страх, на требования других людей, на рутинные каждодневные события» [Maslow, 1968, p. 61]. К этому мы добавили бы, что Д-жизнь характеризуется рутиной и однообразием, отказом относиться к чему-либо серьезно, стремлением заниматься вещами несложными, но приятными. Рассмотрим, например, события, которые происходят в жизни многих работающих взрослых сегодня. Они выполняют монотонную работу с восьми утра до пяти вечера, приходят домой к своим семьям, обедают, кладут детей спать и весь вечер смотрят телевизор. Маслоу заявил бы, что люди, которые живут так, скучны, пусты и живы только наполовину, потому что их жизнь сконцентрирована на поддержании своего положения. Ничто не вдохнов-

ляет их. Счастье для них состоит в том, что они испытывают ощущение безопасности и удовлетворения. Они предпочитают безопасность умеренных и не требующих много сил достижений истинно честолюбивым целям, которые потребовали бы от них полностью раскрыть себя. Фактически, им не удалось переступить порог самоактуализации.

Маслоу полагал, что совершенно другой стиль жизни сопровождает метаобраз жизни, или Б-жизнь. Б-жизнь можно определить как усилие или рывок, когда человек использует все свои способности в полную силу. Маслоу отмечал, что во время этих эпизодов метаобраза жизни человек бывает более собранным, непосредственным, творческим и открытым для переживаний [Maslow, 1968]. Б-образ жизни включает в себя наиболее счастливые и волнующие моменты человеческого существования, а также моменты величайшей зрелости, индивидуальности и наполненности. Нет нужды говорить, что такие моменты редки в жизни среднего человека, и поэтому, когда они наступают, их нелегко распознать. Для большинства из нас их уносит потоком памяти как нечто неважное в огромное хранилище тех прошлых событий, на которые мы едва обращаем внимание.

Маслоу отмечал, что образ жизни в Б-реальности часто сопровождается таким качеством, как отсутствие стремлений, потребностей или желаний — как будто человек переступил границы обычных потребностей и стремлений в жизни. Другими словами, Б-образ жизни по сравнению с Д-образом характеризуется отсутствием побуждений, целей, усилий, как состояние завершения и достижения цели. Человек больше ничего не делает, ни чтобы избежать боли или дискомфорта, ни чтобы продвигаться к будущей цели. «Он только есть. Радость достигнута, что означает временный конец стремления к радости» [Maslow, 1966, p.103].

Концепция Маслоу о *вершинном переживании* также подходит к жизни метамотивированных людей. Вообще вершинные переживания — моменты, во время которых человек чувствует великий экстаз, благоговение, восторг. Самоактуализирующийся человек стремится описать эти переживания, и они часто бывают главной причиной важных перемен в его жизни. В самом прямом смысле вершинные переживания отражают цепочку Б-ценностей в той степени, в какой человек чувствует себя преображенным такими переживаниями. Маслоу настаивал на том, что вершинные переживания являются частью нашей жизни. Однако только метамотивированные люди, вероятно, оценят и получат пользу от этих переживаний, потому что они не боятся их никоим образом.

Теперь давайте рассмотрим исходные положения Маслоу относительно природы человека.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ МАСЛОУ ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Как отмечалось ранее, гуманистическая психология развилась в значительной степени из протеста против образа человека, превалирующего в традициях психоанализа и бихевиоризма. Ключевое отличие этих других направлений от гуманистической теории предстает наиболее очевидно при рассмотрении основных положений каждого из них. Тщательное изучение основных положений Маслоу (рис. 10–2), особенно при сравнении с положениями Фрейда и Скиннера, должно пролить свет на эти различия.

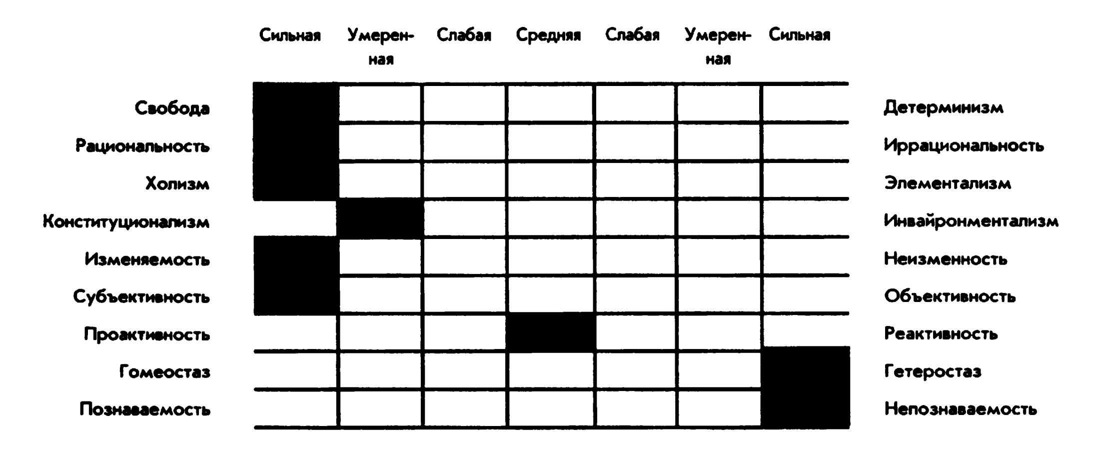


Рис. 10–2. *Позиция Маслоу по основным положениям, касающимся природы человека.*

Свобода—детерминизм. Хотя Маслоу сомневался в одобрении идеи абсолютной свободы, высказываемой многими выдающимися экзистенциалистами, он, конечно, близок к их взглядам. Для него человек в корне свободен и ответствен за решение, какой образ жизни выбрать. Эта личная свобода особенно отчетливо проявляется в том, что человек решает, каков его потенциал и как он будет стремиться актуализировать его.

С точки зрения Маслоу, чем старше человек и чем выше он поднялся в иерархии потребностей, тем он свободнее. Например, ребенок раннего возраста не является истинно свободным, так как у него доминируют физиологические потребности; он в действительности не «решает», когда есть, спать или очистить кишечник. Но его потенциал уже заложен в нем. Когда человек взрослеет, он движется вверх в иерархии потребностей и постепенно создает свою индивидуальность. Фактически он начинает формировать того человека, каким он хочет стать. Чем выше он находится на лестнице потребностей, тем свободнее он от влияния Д-мотивации и, следовательно, более свободен в создании своей судьбы. Приверженность Маслоу положению свободы очень сильна.

Рациональность—иррациональность. Рассматривая позицию Маслоу относительно рациональности, важно помнить, что он считал изучение животных совершенно необязательным для познания психологии человека. Одной из важных причин такого отрицания является то, что животные, находящиеся на более низком филогенетическом уровне, никогда не оценивают сознательно прошлый опыт, не думают о настоящих событиях, не рассматривают гипотетические возможности и не решаются в результате сознательно на какое-то действие. А люди каждодневно делают это. Следовательно, с точки зрения Маслоу, разумность является основной чертой человека.

Хотя Маслоу принимал во внимание иррациональность, видя ее в противоречиях между потребностями, в компульсивных и непоследовательных действиях, поведение человека для него в большой степени регулируется рациональными

силами. Одним из доказательств такой убежденности Маслоу является то, что он рассматривал осознанные самоотчеты людей об их субъективном опыте в качестве достоверных данных для изучения личности. Ни один персонолог не поддерживает «интроспективный метод исследования», если он не верит в то, что человек, с которым он работает, достаточно рационален и сознателен в понимании причин своего поведения. В то же время, однако, Маслоу [Maslow, 1970] признавал использование проективных методик (например, тест тематической апперцепции и тест Роршаха), которые разработаны для раскрытия бессознательных, иррациональных аспектов личности. Но иррациональные процессы не доминируют в жизни большинства людей. Основной акцент в своей гуманистической теории Маслоу сделал на описании человека, *рационально* принимающего решения и стремящегося актуализировать свой потенциал. Его приверженность рациональности безоговорочно сильна.

Холизм—элементализм. Трудно представить теоретика личности, более приверженного положению холизма, чем Абрахам Маслоу. Как отмечалось ранее, один из основных принципов гуманистической психологии — «индивид как единое целое». Даже среди коллег, гуманистических психологов, он выделяется тем, какое значение приобретает холизм в его теории [Maddi, Costa, 1972].

Мы уже цитировали Маслоу относительно того, что «Именно Джон Смит хочет есть, а не желудок Джона Смита» [Maslow, 1987, p. 3]. Но Джон Смит также хочет безопасности, самоуважения и, помимо прочего, самоактуализации. Все аспекты личности переплетены в объяснении, даваемом Маслоу состояниям человека. Индивид как целое является единственно подходящей целью для психологического исследования. Приверженность Маслоу положению холизма стремится к максимально возможной.

Конституционализм—инвайронментализм. Может показаться, что акцент на свободе, очевидный в теории Маслоу, уменьшает применимость данного положения. Если люди в большой степени свободны в формировании самих себя и творчески определяют свою судьбу, то ни конституция, ни окружение не играют значительной роли в выстраивании поведения человека. Маслоу, однако, приписывал большее значение конституции. Физиологические потребности, явно конституциональные по происхождению, являются основой для всей модели иерархии потребностей при рассмотрении мотивации человека. Кажется даже, что он использует эту концепцию больше для утверждения биологической общности человечества, чем для объяснения индивидуальных различий.

Маслоу предположил, что все потребности человека инстинктоидны или наследственно детерминированы. Он использовал термин *инстинктоидный*, чтобы подчеркнуть биологическую и генетическую основу потребностей, общих для всех представителей вида homo sapiens. И в то же время он утверждал, что люди не обладают инстинктами подобно животным: «У людей больше нет инстинктов в животном смысле, властных безошибочных внутренних голосов, которые говорят им недвусмысленно, что делать, когда, где, как и с кем. Все, что у нас осталось — это пережитки инстинкта» [Maslow, 1968, p. 191]. Далее он предположил, что потребности высшего уровня слабы и легко тормозятся или изменяются в результате страха, неблагоприятных культурных условий и неправильного научения. Иначе говоря, несмотря на то, что инстинктоидные потребности свойственны

человеку, их можно изменить или даже преодолеть под влиянием мощных сил окружения. Тем не менее, с точки зрения Маслоу, природа человека является врожденным качеством, а не приобретенным.

Дальнейшие следы конституционализма можно найти в концепции метапотребности и самоактуализации, разработанной Маслоу. Они уже обсуждались выше, с использованием таких терминов, как «врожденное стремление», «инстинктивный» и «присущий человеку». Действительно, Маслоу рассматривал стремление актуализировать потенциал как неотъемлемую составляющую того, чем является человек, а не как то, что он приобретает. Этот побудительный мотив — врожденный. Маслоу не признавал влияния раннего окружения на развитие личности, но, по-видимому, придавал значение этому фактору только когда он был невероятно разрушительной силой, вызывающей последующее эмоциональное расстройство. Но тем не менее, хотя Маслоу не отрицал того, что на личность оказывают влияние силы окружения, он особо подчеркивал биологические потребности, общие для всего вида. С нашей точки зрения, теория Маслоу отражает умеренную приверженность конституционализму.

Изменяемость—неизменность. Понимание взаимоотношений между свободой и мотивацией роста существенно для оценки позиции Маслоу по этому положению. Напомним, что, по Маслоу, люди способны сами формировать свою жизнь. Также в его теории центральное место занимает положение о том, что индивиды всегда стремятся к личностному росту — концепция самоактуализации является вершиной пирамиды иерархии потребностей. Свобода и мотивация роста взаимодействуют в гуманистической теории, подразумевая постоянные изменения в личности индивидуума. То есть по мере того, как человек поднимается в иерархии потребностей, он становится все более свободен в выборе направлений личностного роста. Когда человек следует этим выбранным направлениям, он обязательно меняется. Следовательно, в теории Маслоу люди обладают способностью решать, какими они хотят стать; так как их рост может идти в различных направлениях, личность непременно меняется.

В гуманистической теории изменение личности лучше всего рассматривать как движение к актуализации потенциала. Даже если какие-то из потенций являются врожденными, то в какой степени человек актуализирует их, а также как он решает делать это, всегда является только делом личного выбора. Следовательно, по мере движения от Д-мотивов к Б-мотивам люди постоянно делают выбор направления своей жизни и непрерывно изменяются в этом процессе. В этом смысле приверженность Маслоу положению изменяемости действительно сильна.

Субъективность—объективность. Экзистенциальное, феноменологическое, «здесь-и-сейчас» направление в теории Маслоу является доказательством его верности положению субъективности. Хотя Маслоу не ставил субъективность так высоко, как его гуманистически настроенный коллега Карл Роджерс, он определенно полагал, что субъективный опыт человека дает основные факты для психологической науки. Людей нельзя понять без ссылки на их личный мир; для персонолога субъективный опыт более важен, чем наблюдаемое поведение.

Хотя Маслоу исходил из того, что иерархический набор потребностей является общим для человечества, он все же утверждал, что для каждого человека уникальным является то, как он выражает эти потребности [Maslow, 1964]. Напри-

мер, хотя и Руфь, и Бетти имеют потребность в самоуважении, каждая субъективно по-своему будет переживать и искать пути удовлетворения этой потребности. Одна может упрочить свое положение в качестве матери, с тем, чтобы другие признали ее выдающиеся материнские качества, а другая может добиться самоуважения, делая карьеру — вне дома. И наконец, следует отметить, что часть слова «само» в ключевом выражении Маслоу «самоактуализация» берет свои корни из положения субъективности. Гуманистическая психология склоняется к идее, что каждый человек постоянно стремится актуализировать уникального себя, которого только он сам может субъективно оценить.

Проактивность—реактивность. Хотя Маслоу полагал, что потребности человека являются врожденными, он также признавал роль ситуационных переменных. А именно, он указывал, что на поведение человека влияет и мотивация (врожденные потребности), и социальное и физическое окружение. «Здоровая теория мотивации, — писал Маслоу, — должна всегда принимать во внимание ситуацию» [Maslow, 1987, p. 11]. Однако он также предостерегал против «слишком большой поглощенности внешними обстоятельствами, культурой, окружением или ситуацией» [Maslow, 1987, p. 10]. Утверждение Маслоу, что поведение является результатом взаимодействия между потребностями и окружением, указывает на промежуточную позицию по положению проактивность—реактивность.

Гомеостаз—гетеростаз. Маслоу сильно склоняется к положению гетеростаза: образ человека, идущего к все более высоким вершинам личностного роста является неотъемлемой частью его теории. Тем не менее, Маслоу признавал наличие двух категорий мотивации человека: тип Д и тип Б. Очевидно, что дефицитарные мотивы имеют гомеостатическую основу. Следовательно, человек не все время стремится к росту — часть его жизни обязательно включает уменьшение напряжения.

Но Маслоу не достиг видного положения в психологии из-за того, как он объяснял Д-мотивы. Другие психологи, особенно те, которые занимались животными, тщательно изучали их, а Маслоу рассматривал Д-мотивы как почти неотъемлемое теоретическое зло, которое следует признавать и учитывать, стремясь к тому, чтобы стать полноценно функционирующим человеком. А этого можно достичь, поднявшись над Д-уровнем функционирования и работая в направлении роста и самореализации. С точки зрения Маслоу, человек сосредоточен на том, чтобы стать тем, чем позволяет стать его потенциал. Основная мысль его теории состоит в том, что человек поднимается над теми мотивами, которые образуют связь с остальным животным миром, и ищет личного совершенствования. Такая концепция личности не может существовать без прочной основы в виде положения гетеростаза.

Познаваемость—непознаваемость. В своих трудах Маслоу безоговорочно изображает людей как объекты научного исследования, которые нельзя изучить традиционными методами. В этом смысле люди непознаваемы. Таким образом, чтобы приблизиться к более глубокому пониманию природы человека, нам надо либо выйти за условные пределы науки, либо сформировать новую структуру психологии, чтобы объединить субъективные, интуитивные концепции, подходящие к природе предмета. Подобно Олпорту, Маслоу чувствовал, что изучение личности должно предпочитать идеографические методы, а не методы,

относящиеся к пониманию всеобщих законов. Ортодоксальный подход, который изучает людей по частям, нужно заменить таким подходом, где людям позволено демонстрировать свой субъективный опыт в холистической манере.

Маслоу весьма критично оценивал ученых, которые придерживались бесполезного и неплодотворного подхода к изучению поведения человека. В частности, он резко критиковал психологию и методы ее преподавания, потому что видел в ней: «Зубрежку. Методы. Точное исполнение. Нагромождение крошечных фактиков, имеющих мало общего с тем, что могло бы заинтересовать студентов в психологии» [Maslow, 1956, p. 229]. Как «духовный отец» гуманистического движения, Маслоу стремился к радикально другой психологии — такой, которая обратилась бы непосредственно к образу человечества. Мы вынуждены прийти к такому заключению, потому что человек, в понимании Маслоу, просто непознаваем в традиционной сфере психологической науки. Таким образом возникло движение третьей силы.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИЙ ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ

Неудивительно, что попытки, направленные на эмпирическое подтверждение гуманистического направления в теории личности, сконцентрировались почти исключительно на самоактуализации. Хотя Маслоу представил широкую и убедительную концепцию мотивов человека, именно самоактуализация привлекла его интерес и завладела воображением. Он много раз описывал процесс самоактуализации, большей частью потому, что самоактуализация — это такая концепция, которую трудно охватить целиком. Пытаясь дать точное описание тех личностей, которые наиболее полно проявили свои способности, Маслоу надеялся помочь людям увидеть важность самоактуализации.

К сожалению, другим аспектам теории Маслоу было посвящено крайне мало эмпирических исследований, во многом вследствие недостаточной строгости теоретических формулировок, затрудняющей проверку ее валидности. Например, отсутствует точный критерий того, насколько должны быть удовлетворены потребности определенного уровня, прежде, чем проявит себя следующая, более высокая потребность. К тому же, Маслоу допускает так много исключений из своей иерархической схемы мотивации человека (например, возможное проявление высшей потребности, несмотря на депривацию низшей), что это становится недостатком в его теории. Также следует отметить отсутствие четких доказательств того, что различные метапотребности возникают или становятся доминирующими, если удовлетворены основные потребности.

Несмотря на недостаточное количество исследований, поддерживающих теоретические утверждения Маслоу, его гуманистические взгляды имели большое влияние на ученых в различных дисциплинах [Lester et al., 1983]. Он не только вдохновил теоретиков-персонологов и исследователей на рассмотрение позитивных аспектов человеческой природы, но также заставил некоторых из них пересмотреть свои ограниченные научные взгляды на понимание поведения человека. Маслоу критиковал своих коллег-психологов за стремление постоянно подчеркивать «изысканность, совершенство, технику и аппаратуру, [что] часто [ведет к] преуменьшению значимости, жизненности и важности проблем и креативности вообще» [Maslow, 1987, p. 188]. В результате он помог некоторым исследователям научиться мыслить

о науке как сфере деятельности, в которой используются подходящие методики для того, чтобы энергично заниматься важными вопросами, а не такой, в которой сложные методики употребляются для изучения тривиальных проблем.

Самоактуализация: неформальное исследование здоровых людей

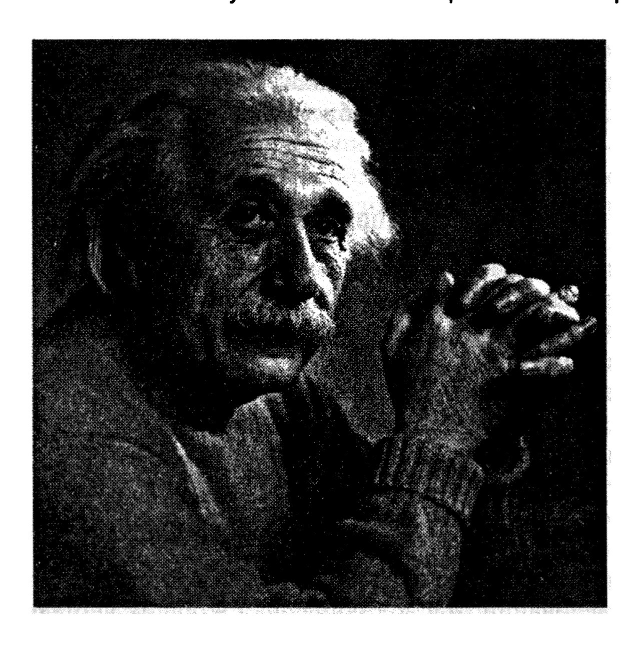
Маслоу и другие гуманистические психологи имели оптимистический взгляд на природу человека. Они не только подчеркивали врожденный потенциал позитивного и конструктивного роста, но также были глубоко уверены в реализации этого потенциала при благоприятных условиях окружения. Они также полагали, что большинство людей находится в плену у различных обстоятельств, которые иногда мешают им совершенствоваться. Следовательно, если люди хотят самоактуализироваться, они должны переступить ограничения общества и свои дефицитарные потребности и признать свою ответственность за то, чтобы стать тем, чем они способны стать. Эмпирическая проверка этой концепции природы человека очень незначительна, и то малое количество данных, что имеется на текущий момент, получено из собственных работ Маслоу, посвященных проблеме самоактуализации.

В небольшом неформальном исследовании Маслоу обрисовал в общих чертах людей, которых он считал самоактуализирующимися. В их число он включил своих личных друзей и знакомых, выдающихся личностей настоящего и прошлого, а также студентов колледжа. Это были люди, которые по всем общепринятым стандартам, казалось, достигли подлинной зрелости. Они не проявляли тенденций к невротическим, психотическим или другим явным психическим расстройствам. В то же время была налицо самоактуализация, широко определенная Маслоу как свидетельство того, что человек стремится к совершенству и делает наилучшим образом именно то, на что он способен. Маслоу подтвердил отсутствие методологической строгости в выборе субъектов следующим образом.

> Если мы хотим знать, как быстро может бегать человек, не нужно выводить среднее значение для «представительной выборки» в популяции; лучше собрать тех, кто завоевал Олимпийские золотые медали, и посмотреть, как быстро могут бегать они. Если мы хотим знать возможности для духовного роста, роста ценностей или нравственного развития людей, тогда я утверждаю, что мы можем узнать больше, изучая наших наиболее нравственных, этичных или праведных людей [Maslow, 1969, р. 726].

Оставаясь верным этому логическому обоснованию, Маслоу широко использовал биографический материал, собранный из интервью с современниками и из письменных документов, касающихся исторических лиц. Таким образом, его исследовательская стратегия состояла в основном из наблюдения, а не из проверки гипотез. Далее, сосредоточившись на относительно малой избранной группе субъектов (всего 48 человек), он значительно отклонился от ортодоксальной концепции статистического исследования. Тем не менее его оценка самоактуализирующихся людей и качеств, которые их характеризуют, захватили воображение персонологов и ученых смежных профессий [Leonard, 1983].

Маслоу разделил самоактуализирующихся людей на три группы. В первую группу «весьма определенных случаев» были включены: Томас Джефферсон, Авраам Линкольн (в его последние годы), Уильям Джеймс, Джейн Адамс, Альберт Эйнштейн и Элеонора Рузвельт. Вторая группа «весьма вероятных случаев»



Альберт Эйнштейн — один из нескольких людей, включенных в исследование самоактуализации Маслоу.
(Karch/Woodfin Camp & Associates)

состояла из современников, которым самой малости не хватало для самоактуализации, но которых все же можно было использовать в исследовании. По этическим соображениям их имен не называют. И наконец, группа «потенциальных или возможных случаев» включала людей, которые стремились к самоактуализации, но полностью ее не достигли. В эту группу среди прочих вошли Бенджамин Франклин, Пабло Казальс, Джордж Вашингтон Карвер, Томас Икинс, Уолт Уитмен и Олдос Хаксли. Маслоу рассматривал всех этих людей как редкие образцы психического здоровья, которые можно было использовать в качестве критериев для исследования возможностей природы человека.

Накопленные данные об упомянутых выдающихся личностях представляли собой не обычный набор дискретных фактов, а скорее нечто вроде *глобальных* или *холистических впечатлений,* которые создают о новых друзьях и знакомых. Маслоу собрал биографический материал в отношение каждого субъекта (очень напоминающий историю болезни) и по возможности опрашивал его друзей и родственников. Во многих случаях было просто невозможно опрашивать или тестировать наблюдаемых субъектов пожилого возраста, хотя такие приемы исследования (включая свободные ассоциации, тест Роршаха и тест тематической апперцепции) были применены к более молодым современникам. Следовательно, количественный анализ данных был невозможен. В результате получился список из 15 ключевых характеристик или особенностей самоактуализирующихся людей, которые будут обсуждаться в следующем разделе этой главы. Несмотря на статистическую невалидность и технические изъяны (которые мы обсудим далее), это исследование послужило Маслоу основой для описания самоактуализирующегося человека как модели оптимального психического здоровья.

Главным объектом критики в работе Маслоу являются критерии, которые он использовал при отборе примеров самоактуализирующихся личностей. Факти-

чески Маслоу выбрал тех людей, кем он лично восхищался. Рабочее определение самоактуализации таким образом опирается исключительно на его собственные безоговорочные и в высшей степени субъективные оценки. Мы вполне можем спросить, относятся ли приводимые характеристики к психическому процессу, называемому самоактуализацией, или это просто отражение особой системы ценностей Маслоу [Daniels, 1988]. В последнем случае совокупность характеристик, о которых он сообщает, нужно рассматривать не как фактическое описание самоактуализирующихся людей, а скорее как отражение персональной концепции Маслоу о ценностях идеального человека.

Другие проблемы также затрудняют оценку истинности утверждения Маслоу, что его самоактуализирующиеся субъекты представляют собой лучшие образцы человеческой расы. Прежде всего, он не обращался к вопросу о том, как развиваются характеристики самоактуализации. Являются они наследственными или приобретаются в результате жизненного опыта? Возможно ли, что такие факторы, как умственные способности, талант или привилегированное образование, сделали их нетипичными в общей массе, и, следовательно, их использование является результатом *предвзятости*? К сожалению, основываясь на имеющихся данных, ответы на вопросы, подобные этим, получить не представляется возможным.

Вопрос о воспроизводимости результатов — другой источник критики, направленной против исследования Маслоу. Критики заявляли, что Маслоу давал неясные критерии для отбора самоактуализирующихся людей и применял ненадежные методы исследования. По мнению этих критиков, трудно повторить оригинальное исследование Маслоу и при этом быть уверенными, что будут идентифицированы те же характеристики самоактуализации. К тому же, Маслоу обвиняли в том, что он не сравнивал группу самоактуализирующихся людей с соответствующей контрольной группой несамоактуализирующихся людей [Daniels, 1982].

В свете этих проблем легко видеть, почему объяснение Маслоу метапсихологии самоактуализирующегося человека обоснованно критиковалось [Daniels, 1988]. К его чести, Маслоу признавал, что данный предмет изучения оставляет желать лучшего в смысле подчинения требованиям строгого эмпирического исследования. «По обычным стандартам лабораторного исследования, то есть строгого и контролируемого эксперимента, это просто даже и не исследование» [Maslow, 1971, p. 42]. Он также отмечал, что единственной альтернативой было бы совсем не изучать самоактуализацию или подождать, пока не будут разработаны соответствующие научные методы. И наконец, он рассматривал свое исследование как «пилотажную» работу, которая, какой бы неадекватной в отношение научной точности она ни была, однажды будет подтверждена другими.

Оценка самоактуализации

Отсутствие адекватного инструмента оценки для измерения самоактуализации изначально пресекло любые попытки сделать валидными основные утверждения Маслоу. Однако разработка «Опросника личностной ориентации» (Personal Orientation Inventory, POI) [Shostrom, 1964, 1974] дала исследователям возможность измерить ценности и поведение, связанные с самоактуализацией [Knapp, 1976; Kelly, Choran, 1985]. POI — это опросник самоотчета, разработанный для

Таблица 10–3. **Примеры вопросов из «Опросника личностной ориентации»**

Респондент читает каждую пару утверждений и затем выбирает из нее то, которое, по его мнению, лучше его характеризует.

1.	а)	Я живу по правилам и стандартам, принятым в обществе
	б)	Я не вижу необходимости всегда подчиняться правилам и стандартам, установленным в обществе
2.	а)	Я делаю то, чего от меня ожидают другие
	б)	Я не чувствую необходимости делать то, чего от меня ожидают другие
3.	а)	Люди должны всегда контролировать свой гнев
	б)	Люди должны выражать обоснованное негодование
4.	а)	Для меня важно, как я живу здесь и сейчас
	б)	Для меня не очень важно, как я живу здесь и сейчас
5.	а)	Я чувствую себя виноватым, когда замечаю у себя эгоистические побуждения
	б)	Я не чувствую себя виноватым, когда замечаю у себя эгоистические побуждения

Источник: Shostrom, 1964, p. 207–218.

оценки различных характеристик самоактуализации в соответствии с концепцией Маслоу. Он состоит из 150 утверждений вынужденного выбора. Из каждой пары утверждений респондент должен выбрать то, которое лучше его характеризует. Примеры вопросов теста представлены в табл. 10–3.

POI состоит из двух основных шкал и десяти субшкал. Первая основная шкала измеряет то, в какой степени человек является *направленным на себя*, а не *направленным на других* в поисках ценностей и смысла жизни. Люди, направленные на себя, стараются использовать собственные принципы и мотивы в качестве основы для своих суждений и действий. Их жизнь отмечена автономностью, самоподдержкой и свободой. И наоборот, люди, направленные на других, стремятся зависеть от мнения других и от социальных норм как основы для своих суждений и действий. Их жизнь отмечена зависимостью, конформизмом и потребностью в одобрении и приятии. Очевидно, никто не может функционировать эффективно в обществе без чувства направленности на других, но тем не менее от самоактуализирующихся людей следует ожидать большей направленности на себя, чем от людей, которые самоактуализируются в меньшей степени.

Вторая основная шкала называется *компетентность во времени*. Она измеряет то, в какой степени человек живет в настоящем, а не концентрируется на прошлом или будущем. Считается, что люди, компетентные во времени, могут размышлять о том, как прошлое относится к настоящему, и реалистично связывать долгосрочные планы с текущими задачами. У них есть чувство непрерывности этих трех аспектов времени. И наоборот, люди некомпетентные во времени отделяют свое прошлое и будущее от настоящего. Их жизнь в настоящем основана на сожалениях и чувстве обиды, связанных с прошлым, и идеализированных целях или страхах, связанных с будущим. Они также испытывают трудности в связывании своих прошлых достижений с надеждами на будущее. Самоактуализирующиеся люди в основном компетентны во времени.

В дополнение к двум основным шкалам POI существует 10 дополнительных субшкал, предназначенных для измерения концептуально важных элементов са-

моактуализации. Субшкалы включают в себя *ценности самоактуализации, экзистенциальность, эмоциональную реактивность, спонтанность, заботу о своих интересах, самоприятие, природу человека, синергизм, приятие агрессии* и *способность к близким отношениям*. Интерпретация POI включает в себя обследование системы показателей, полученных по двум основным шкалам и 10 субшкалам. Следует также заметить, что POI имеет встроенную шкалу определения лжи для оценки того, фальсифицируют респонденты ответы или нет.

POI — наиболее часто используемый инструмент для исследования самоактуализации. Тест демонстрирует ретестовую надежность в различных пробах, хотя коэффициенты для определенных субшкал в определенных исследованиях были получены от низких до средних [Ilardi, May, 1968]. Что касается валидности, исследования показывают, что тест действительно дифференцирует людей, отнесенных персонологами в различные группы по критерию самоактуализации или несамоактуализации. Исследование Макклэйна [McClain, 1970] доказало, что POI оказался валидным для измерения уровня позитивного психического здоровья человека. Он обследовал 30 ведущих адвокатов, которые посещали летний институт адвокатуры. Показатели по POI, записанные в течение первой недели пребывания в институте, показали, что они являлись психически здоровой группой. Затем сочетанные показатели самоактуализации по каждому обследуемому были получены из оценок трех экспертов — людей, которые знали его наиболее близко. Один из них был супервизором практикума, который наблюдал только шестерых адвокатов. Он просмотрел видеозаписи сессий совета, где участвовали эти адвокаты, и смог оценить каждого в смысле его личностной динамики и способа поведения в различных ситуациях общения. Второй был лидером группового процесса, у которого в группе было также шесть адвокатов. Сессии группы концентрировались на тренинге сенситивности, что позволяло лидеру хорошо узнать членов его группы. Третий был клиническим психологом, который изучал каждого из 30 обследуемых с помощью самоотчетов и проективных методик.

В конце 9-недельной сессии эксперты пересмотрели длинный список характеристик самоактуализирующейся личности, полученный из работ Маслоу. Основываясь на этих характеристиках, каждый эксперт оценил каждого адвоката по 6-балльной шкале самоактуализации. Оценки трех экспертов по каждому обследуемому были суммированы, и затем был вычислен коэффициент корреляции между этой суммарной оценкой и шкалами POI. Корреляции между значениями POI и оценками поведения, сделанными экспертами, приведены в табл. 10–4. Из 12 общих корреляций девять были статистически значимыми в ожидаемом направлении. Эти данные предлагаются как свидетельство того, что POI действительно измеряет самоактуализацию среди нормальных взрослых.

Из некоторых исследований видно, что POI можно использовать для различения нормальных и аномальных групп. Так, было обнаружено, что значения показателей самоактуализации в группах психиатрических пациентов были ниже фактически по всем шкалам POI, чем в группах людей, которых опытные клинические психологи считали самоактуализирующимися [Fox et al., 1968]. В других исследованиях приводились отрицательные корреляции между значениями высокой самоактуализации по шкалам POI и алкоголизмом [Zaccaria, Weir, 1967], депрессией и ипохондрией [Shostrom, Knapp, 1966] и невротичностью [Knapp, 1965]. Дополнительное исследование показало, что значения по шкалам

Таблица 10–4. **Результаты корреляции между значениями по шкалам «Опросника личностной ориентации» и суммарными экспертными оценками**

Шкала POI	r	p
Компетентность во времени	0,40	0,05
Внутренняя опора	0,69	0,01
Ценность самоактуализации	0,41	0,05
Экзистенциальность	0,43	0,05
Эмоциональная реактивность	0,45	0,05
Спонтанность	0,53	0,01
Забота о себе	0,36	ns
Самоприятие	0,56	0,01
Природа конструктивного человека	0,23	ns
Синергия	0,32	ns
Приятие агрессии	0,42	0,05
Способность к близким отношениям	0,42	0,05

Источник: адаптировано из McClain, 1970, p. 22.

POI улучшались после того, как испытуемые принимали участие в нескольких сеансах групповой терапии [Dosamantes-Alperson, Merrill, 1980].

POI также изучался в связи с некоторыми другими стандартизованными параметрами поведения или личности. Например, большинство шкал POI позитивно коррелируют с данными самоотчетов по автономии [Grossack et al., 1966], творческим способностям [Braun, Asta, 1968] и эмоциональной адаптации [Mattocks, Jew, 1974]. Далее, шкалы POI позитивно коррелируют с академической успеваемостью студентов колледжа [LeMay, Damm, 1968; Stewart, 1968]. Эти и другие исследования позволяют считать валидность POI доказанной [Maddi, 1988].

Хотя, как оказалось, POI обладает адекватными психометрическими свойствами, была сделана попытка усовершествовать тест, расширив концепции актуализации, измеряемые с его помощью. Это привело к созданию теста, называемого «Измерение личностной ориентации» (Personal Orientation Dimensions, POD) [Shostrom, 1975, 1977]. POD состоит из 260 вопросов вынужденного выбора, относящихся к двум главным шкалам, — ориентации во времени и стержневой центрированности. Некоторые эмпирические исследования показывают, что POD имеет приемлемую надежность и валидность [Jansen et al., 1979; Knapp, Knapp, 1978]. Однако вполне вероятно, что исследователи будут использовать POI, пока они не убедятся, что POD имеет лучшие психометрические свойства.

Краткая форма «Опросника личностной ориентации»

Единственным серьезным ограничением для использования POI, имеющего 150 пунктов, в исследовательских целях является его длина. Джоунс и Крэндалл [Jones, Crandall, 1986] разработали краткий индекс самоактуализации. Шкала, состоящая из 15 пунктов, представлена в табл. 10–5. Проведя исследование с участием нескольких сотен студентов колледжа, Джоунс и Крэндалл обна-

Таблица 10–5. **Краткая шкала измерения самоактуализации**

_____	1.	Я не стыжусь ни одной из своих эмоций
_____	2.	Я чувствую, что должен делать то, чего ждут от меня другие (N)
_____	3.	Я верю, что по существу люди хорошие и им можно доверять
_____	4.	Я могу сердиться на тех, кого люблю
_____	5.	Всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю (N)
_____	6.	Я не принимаю свои слабости (N)
_____	7.	Мне могут нравиться люди, которых я могу не одобрять
_____	8.	Я боюсь неудач (N)
_____	9.	Я стараюсь не анализировать и не упрощать сложные сферы (N)
_____	10.	Лучше быть самим собой, чем популярным
_____	11.	В моей жизни нет того, чему бы я особо себя посвятил (N)
_____	12.	Я могу выразить мои чувства, даже если это приведет к нежелательным последствиям
_____	13.	Я не обязан помогать другим (N)
_____	14.	Я устал от страхов и неадекватности (N)
_____	15.	Меня любят, потому что я люблю

Примечание. Респонденты отвечают на каждое утверждение, используя 4-значную шкалу: 1 — не согласен, 2 — не согласен отчасти, 3 — согласен отчасти и 4 — согласен. Значок «N», следующий за утверждением, обозначает, что при подсчете общих значений оценка по этому пункту будет инверсной (1=4, 2=3, 3=2, 4=1). Чем выше общее значение, тем более самоактуализированным считается респондент.

Источник: Jones, Crandall, 1986, p. 67.

ружили, что значения индекса самоактуализации положительно коррелируют со всеми значениями гораздо более длинного POI ($r = +0,67$) и с измеренными величинами самоуважения и «рационального поведения и убеждений». Шкала имеет приемлемую ретестовую надежность и, вероятно, не восприимчива к выбору ответов «социальной желательности». Также было показано, что студенты колледжа, принимавшие участие в тренировках уверенности в себе, значительно повысили степень самоактуализации, измеренную по этой шкале [Crandall et al., 1988]. Повышенные показатели сохранялись больше года.

Исследование вершинных переживаний

Маслоу утверждал, что самоактуализирующиеся люди часто переживают моменты благоговейного трепета, восхищения и экстаза. В такие моменты очень сильной самоактуализации, которые он назвал *вершинными переживаниями*, люди настолько погружаются в определенную деятельность, что теряют чувство времени и места. По наблюдениям Маслоу, люди, испытавшие вершинные переживания, часто полагают, что произошло нечто очень значительное и ценное.

Некоторые эмпирические исследования подтвердили концепцию Маслоу о вершинном переживании. Например, интервьюирование спортсменов, достигших выдающихся результатов в 12 различных видах спорта, показало, что «звездные моменты» рекордов очень напоминают описание вершинного переживания,

17 Зак. 1212

сделанное Маслоу [Ravizza, 1977]. Были обследованы 20 спортсменов, об отсутствии страха сообщили 100%, о полном внимании или погружении, чувстве совершенства, почти божественном чувстве контроля и самоценности — 95%, о чувстве исключительной легкости — 90%. Однако, в отличие от описаний Маслоу, переживания спортсменов скорее ограничивались важностью ближайших обстоятельств, чем послужили орудием достижения серьезных перемен в их жизни.

Для измерения склонности к вершинным переживаниям наиболее часто используют «Шкалу вершинных переживаний» [Mathes et al., 1982]. В исследовании с использованием этого теста из 70 пунктов были получены некоторые данные в поддержку взглядов Маслоу. Например, люди, получившие высокие показатели по шкале, сообщали о случаях трансцендентных, мистических переживаний и ощущении большого счастья. Высокие показатели также соответствовали образу жизни, ориентированному на «бытийные» ценности, такие как истина, красота и справедливость [Mathes et al., 1982].

В заключение можно сказать, что поскольку интерес к гуманистической теории Маслоу продолжает расти, весьма вероятно, что дальнейшие эмпирические исследования прольют значительно больше света на его центральные теоретические конструкты [Haymas, Green, 1982]. В настоящее время мы не в состоянии дать определенную оценку эмпирического статуса теории.

ПРИМЕНЕНИЕ: ХАРАКТЕРИСТИКИ САМОАКТУАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ

Для тех, кого привлекла гуманистическая психология, достижение самоактуализации означает идеальный стиль жизни. В этом разделе обсуждается ряд характеристик, данных Маслоу [Maslow, 1950, 1987] людям, которые живут полной жизнью, делая наилучшим образом то, на что они способны. По Маслоу, эти люди представляют собой «цвет» человеческой расы, ее лучших представителей. Он также полагал, что эти люди достигли того уровня личностного развития, который потенциально заложен в каждом из нас. Материал этого заключительного раздела подается именно в таком ключе — представление о том, что значит быть здоровым, полноценным человеком с точки зрения гуманистического персонолога. Конечно, как и в случае любого абстрактного образа идеального психического развития, нельзя достичь самоактуализации, просто следуя предписаниям, предложенным «экспертами». Напротив, это медленный и болезненный процесс, который лучше рассматривать как постоянный поиск, а не достижение фиксированной точки. Каждый человек стремится реализовать свой внутренний потенциал по-своему. Следовательно, любая попытка применить критерии Маслоу для самоактуализации должна сдерживаться пониманием того, что каждый человек должен сознательно выбрать собственный путь самосовершенствования, стремясь стать тем, кем он может быть в жизни.

Исходя из неформального исследования, описанного ранее, Маслоу пришел к заключению, что самоактуализирующиеся люди имеют следующие характеристики.

1. *Более эффективное восприятие реальности.* Самоактуализирующиеся люди способны воспринимать мир вокруг себя, включая других людей, правильно и беспристрастно. Они видят действительность такой, какая она есть, а не такой,

как им хотелось бы ее видеть. Они менее эмоциональны и более объективны в своем восприятии и не позволяют надеждам и страхам повлиять на свою оценку. Благодаря эффективному восприятию, самоактуализирующиеся люди могут без труда обнаружить фальшь и нечестность в других. Маслоу обнаружил, что эта способность видеть более эффективно распространяется на многие сферы жизни, включая искусство, музыку, науку, политику и философию.

Ожидания, тревоги, стереотипы, ложный оптимизм или пессимизм также оказывают меньшее влияние на восприятие самоактуализирующегося человека. Маслоу назвал такое неискаженное восприятие «бытийным, или Б-познанием». С высоко объективным восприятием связано и то, что самоактуализирующиеся люди более толерантны к противоречивости и неопределенности, чем большинство людей. Они не боятся проблем, которые не имеют однозначных правильных или ошибочных решений. Они приветствуют сомнение, неопределенность и нехоженые пути.

2. *Приятие себя, других и природы.* Самоактуализирующиеся люди могут принять себя такими, какие они есть. Они не сверхкритичны к своим недостаткам и слабостям. Они не отягощены чрезмерным чувством вины, стыда и тревоги — эмоциональными состояниями, которые вообще столь присущи людям. Самоприятие также четко выражено на физиологическом уровне. Самоактуализирующиеся люди принимают свою физиологическую природу с удовольствием, ощущая радость жизни. У них хороший аппетит, сон, они наслаждаются своей сексуальной жизнью без ненужных запретов. Основные биологические процессы (например, мочеиспускание, беременность, менструация, старение) считаются частью человеческой природы и благосклонно принимаются. Подобным образом они принимают других людей и человечество в целом. У них нет непреодолимой потребности поучать, информировать или контролировать. Они могут переносить слабости других и не боятся их силы. Они осознают, что люди страдают, стареют и в конце концов умирают.

3. *Непосредственность, простота и естественность.* Поведение самоактуализирующихся людей отмечено непосредственностью и простотой, отсутствием искусственности или желания произвести эффект. Но это не означает, что они постоянно ведут себя вразрез с традициями. Их внутренняя жизнь (мысли и эмоции) чужда условности, естественна и непосредственна. Но эта нетрадиционность не ставит целью произвести впечатление, они могут даже подавить ее, чтобы не огорчать других, и соблюдать определенные формальности и ритуалы. Следовательно, они могут приспосабливаться, чтобы оградить себя и других людей от боли или несправедливости. По этой причине, например, самоактуализирующиеся люди могут быть терпимыми к принятой в различных образовательных учреждениях практике обучения, которую они считают глупой, скучной или отупляющей. Однако, когда того требует ситуация, они могут быть непримиримыми даже под угрозой остракизма и осуждения. Короче, они не колеблясь отклоняют социальные нормы, когда считают, что это необходимо.

4. *Центрированность на проблеме.* Маслоу считал, что все обследованные им личности без исключения были привержены какой-то задаче, долгу, призванию или любимой работе, которую они считают важной. То есть они не эго-центрированы, а скорее ориентированы на проблемы, стоящие выше их непосредственных потребностей, проблемы, которые они считают для себя жизненной миссией. В этом

смысле они скорее живут, чтобы работать, а не работают, чтобы жить; работа субъективно переживается ими как их определяющая характеристика. Маслоу сравнивает поглощенность самоактуализирующихся людей работой с любовным романом: «работа и человек, кажется, предназначены друг для друга... человек и его работа подходят друг другу и принадлежат друг другу как ключ и замок» [Maslow, 1971, p. 301–302].

Самоактуализирующихся людей также очень интересуют вопросы философии и этики. Они живут и работают в сфере широчайшей компетенции, стремясь посвятить себя надличностной «миссии» или задаче. Такой стиль жизни означает, что они не обращают внимание на тривиальное, незначительное, и это позволяет им четко отделять важное от неважного в этом мире.

5. *Независимость: потребность в уединении.* Маслоу пишет, что самоактуализирующиеся люди очень нуждаются в неприкосновенности внутренней жизни и одиночестве. Так как они не стремятся устанавливать с другими отношения зависимости, то могут наслаждаться богатством и полнотой дружбы.

К сожалению, это качество независимости не всегда понимается или принимается другими. В сфере социального общения часто «нормальные» люди считают их равнодушными, необщительными, высокомерными и холодными, особенно в том случае, когда потребности любви и привязанности у этих людей неадекватно удовлетворены. Но у самоактуализирующихся людей эти дефицитарные потребности удовлетворены, и поэтому им не нужны другие люди для дружбы в обычном смысле этого слова. В результате появляется потребность общения другого уровня — общения с собой. Как сказал один из испытуемых Маслоу: «Когда я один — я с моим лучшим другом». Такое замечание можно интерпретировать как законченный нарциссизм, но Маслоу просто считает, что самоактуализирующиеся люди могут находиться в одиночестве без того, чтобы ощущать себя одинокими.

Потребность в уединении и уверенность в себе проявляются также и в других аспектах поведения самоактуализирующихся людей. Например, они сохраняют спокойствие и невозмутимость, когда их постигают личные несчастья и неудачи. Маслоу объясняет это тем, что самоактуализирующиеся люди стремятся иметь собственный взгляд на ситуацию, а не полагаться на те мнения или чувства, которые демонстрируют по данному поводу другие люди. Действительно, они сами для себя являются движущей силой, сопротивляющейся попыткам общества заставить их придерживаться социальных условностей.

6. *Автономия: независимость от культуры и окружения.* Исходя из характеристик, рассмотренных выше, можно предположить, что самоактуализирующиеся люди свободны в своих действиях, независимо от физического и социального окружения. Эта автономия позволяет им полагаться на свой собственный потенциал и внутренние источники роста и развития. Например, для истинно самоактуализирующегося студента колледжа не обязательна «правильная» академическая атмосфера студенческого городка. Он может учиться везде, потому что у него есть он сам. В этом смысле он является «самодостаточным» организмом.

У здоровых людей высока степень самоуправления и «свободы воли». Они считают себя самоопределяющимися, активными, ответственными и самодисциплинированными хозяевами своей судьбы. Они достаточно сильны, чтобы не обра-

щать внимания на мнения и влияние других, поэтому они не стремятся к почестям, высокому статусу, престижу и популярности. Они считают такое внешнее удовлетворение менее значительным, чем саморазвитие и внутренний рост. Конечно, достижение такого состояния внутренней независимости определяется тем, получал ли человек в прошлом любовь и защиту от других.

7. *Свежесть восприятия.* Самоактуализирующиеся люди обладают способностью оценивать по достоинству даже самые обычные события в жизни, при этом ощущая новизну, благоговение, удовольствие и даже экстаз. Например, сотая радуга так же прекрасна и величава, как и первая; прогулка по лесу никогда не бывает скучной; вид играющего ребенка поднимает настроение. В отличие от тех, кто принимает счастье как должное, самоактуализирующиеся люди ценят благосклонную судьбу, здоровье, друзей и политическую свободу. Они редко жалуются на скучную, неинтересную жизнь.

Ключевым моментом открытости для новых переживаний является то, что самоактуализирующиеся люди не разделяют переживания на категории и не гонят их от себя. Наоборот, их субъективный опыт очень богат, и каждый день жизни с его обычными делами всегда остается для них захватывающим и волнующим событием.

8. *Вершинные, или мистические, переживания.* Изучая процесс самоактуализации, Маслоу пришел к неожиданному открытию: у многих его испытуемых было то, что он назвал *вершинными переживаниями.* Это моменты сильного волнения или высокого напряжения, а также моменты расслабления, умиротворения, блаженства и спокойствия. Они представляют собой экстатические состояния, какие переживаются в кульминационные моменты любви и интимности, в порывах творчества, озарения, открытия и слияния с природой. Такие люди могут «включиться» без искусственных стимуляторов. Их включает уже то, что они живы.

По Маслоу, вершинные, или мистические, переживания не имеют божественной или сверхъестественной природы, хотя по своей сути они религиозны. Он обнаружил, что в состоянии вершинного переживания люди чувствуют большую гармонию с миром, теряют ощущение своего «Я» или выходят за его пределы. Они одновременно чувствуют себя и более сильными, и более беспомощными, чем прежде, и утрачивают чувство времени и места. По Маслоу, вершинные переживания, которые действительно меняют человека, происходят, когда их заслуживают: «Человек пришел к инсайту после года нелегкого лечения у психоаналитика; или философ, который в течение 15 лет работал над какой-то проблемой, наконец увидел ее решение» [Hardeman, 1979, p. 24].

9. *Общественный интерес.* Даже когда самоактуализирующиеся люди обеспокоены, опечалены, а то и разгневаны недостатками рода человеческого, их, тем не менее, роднит с ним глубокое чувство близости. Следовательно, у них есть искреннее желание помочь своим «смертным» собратьям улучшить себя. Это стремление выражается чувством сострадания, симпатии и любви ко всему человечеству. Часто это особый вид братской любви, подобной отношению старшего брата или сестры к младшим братьям и сестрам.

10. *Глубокие межличностные отношения.* Самоактуализирующиеся люди стремятся к более глубоким и тесным личным взаимоотношениям, чем «обычные»

люди. Чаще всего те, с кем они связаны, более здоровы и близки к самоактуализации, чем средний человек. То есть самоактуализирующиеся люди склонны устанавливать близкие отношения с теми, кто обладает сходным характером, талантом и способностями («два сапога пара»), хотя благодаря своему социальному интересу они обладают особым чувством эмпатии к менее здоровым людям. Обычно круг их близких друзей невелик, так как дружеские отношения в стиле самоактуализации требуют большого количества времени и усилий. Самоактуализирующиеся люди также испытывают особую нежность к детям и легко общаются с ними.

11. *Демократичный характер.* Самоактуализирующиеся личности, по Маслоу, самые «демократичные» люди. У них нет предубеждений, и поэтому они уважают других людей, независимо от того, к какому классу, расе, религии, полу те принадлежат, каков их возраст, профессия и прочие показатели статуса. Более того, они с готовностью учатся у других, не проявляя стремления к превосходству или авторитарных склонностей. Самоактуализирующийся музыкант, например, полон почтения к искусному механику, потому что тот обладает знаниями и навыками, которых нет у музыканта.

В то же время Маслоу обнаружил, что самоактуализирующиеся люди не считают всех без исключения равными: «Эти индивиды, сами являющиеся элитой, выбирают в друзья также элиту, но это элита характера, способностей и таланта, а



Рождение ребенка часто дает вершинное переживание.
(Suzanne Arms/Jeroboam)

не рождения, расы, крови, имени, семьи, возраста, молодости, славы или власти» [Maslow, 1987, p. 139].

12. *Разграничение средств и целей.* В повседневной жизни самоактуализирующиеся личности более определенны, последовательны и тверды, чем обычные люди, в отношении того, что правильно и что ошибочно, хорошо или плохо. Они придерживаются определенных нравственных и этических норм, хотя очень немногие из них религиозны в ортодоксальном смысле этого слова. Маслоу также отметил у обследованных самоактуализирующихся личностей обостренное чувство разграничения целей и средств их достижения. В то же время они часто наслаждались собственно средствами (инструментальным поведением, ведущим к цели), которые не нравились менее терпимым людям. Им больше нравилось делать что-то ради самого процесса (например, физические упражнения), а не потому, что это средство для достижения какой-то цели (например, хорошее состояние здоровья).

13. *Философское чувство юмора.* Другой примечательной характеристикой самоактуализирующихся людей является их явное предпочтение философского, доброжелательного юмора. Если обычный человек может получать удовольствие от шуток, высмеивающих чью-то неполноценность, унижающих кого-то или непристойных, то здорового человека больше привлекает юмор, высмеивающий глупость человечества в целом. Юмор Авраама Линкольна может служить примером. Его шутки были не просто смешны. В них часто было что-то от иносказания или притчи. Маслоу замечал, что философский юмор обычно вызывает улыбку, а не смех. Из-за подобного отношения к юмору самоактуализирующиеся люди часто кажутся довольно сдержанными и серьезными.

14. *Креативность.* Маслоу обнаружил, что все без исключения самоактуализирующиеся люди обладают способностью к творчеству. Однако творческий потенциал его испытуемых проявлял себя не так, как у выдающихся талантов в поэзии, искусстве, музыке или науке. Маслоу говорил скорее о такой же естественной и спонтанной креативности, которая присуща неиспорченным детям. Это креативность, которая присутствует в повседневной жизни как естественный способ выражения наблюдательной, воспринимающей новое и живительно простой личности.

Чтобы быть креативным, самоактуализирующемуся человеку не обязательно писать книги, сочинять музыку или создавать живописные полотна. Говоря о своей теще, которую он считал самоактуализирующейся, Маслоу подчеркивал именно этот факт. Он говорил, что хотя его теща не обладает талантами писателя или актера, она в высшей степени творчески подходит к приготовлению супа. Маслоу замечал, что в первоклассном супе всегда больше творчества, чем во второсортной поэзии!

15. *Сопротивление окультуриванию.* И наконец, самоактуализирующиеся люди находятся в гармонии со своей культурой, сохраняя в то же время определенную внутреннюю независимость от нее. Они обладают автономностью и уверенностью в себе, и поэтому их мышление и поведение не поддается социальному и культурному влиянию. Такое сопротивление окультуриванию не означает, что самоактуализирующиеся люди нетрадиционны или антисоциальны во всех

сферах человеческого поведения. Например, в том, что касается одежды, речи, пищи и манеры поведения, если это не вызывает у них явных возражений, они не отличаются от других. Подобным образом, они не тратят энергии на борьбу с существующими обычаями и правилами. Однако они могут быть чрезвычайно независимыми и нетрадиционными, если затрагиваются какие-то основные их ценности. Поэтому те, кто не дает себе труда понять и оценить их, иногда считают самоактуализирующихся людей непокорными и эксцентричными. Самоактуализирующиеся люди также не требуют от своего окружения немедленного улучшения. Зная о несовершенствах общества, они принимают тот факт, что социальные перемены могут быть медленными и постепенными, но их легче достичь, работая внутри этой системы.

Самоактуализирующиеся люди — не ангелы

Сказанное выше может привести к заключению, что самоактуализирующиеся люди — избранная группа «суперзвезд», приближающаяся к совершенству в искусстве жить и стоящая на недосягаемой для остального человечества высоте. Маслоу недвусмысленно опровергал подобные выводы. Будучи *несовершенными* по своей человеческой природе, самоактуализирующиеся люди так же подвержены глупым, неконструктивным и бесполезным привычкам, как и мы, смертные. Они могут быть упрямы, раздражительны, скучны, вздорны, эгоистичны или подавлены, и ни при каких обстоятельствах они не защищены от необоснованного тщеславия, чрезмерной гордости и пристрастия к своим друзьям, семье и детям. Вспышки темперамента не так уж необычны для них. Маслоу также обнаружил, что его испытуемые способны проявлять определенную «хирургическую холодность» в межличностных конфликтах. Например, одна женщина, осознав, что больше не любит мужа, развелась с ним с решимостью, граничащей с безжалостностью. Другие оправлялись после смерти близких им людей настолько легко, что казались бессердечными.

Далее, самоактуализирующиеся люди не свободны от чувства вины, тревоги, печали и сомнений в себе. Из-за чрезмерной сосредоточенности они зачастую не переносят пустых сплетен и легкого разговора. Фактически они могут говорить или вести себя так, что это подавляет, шокирует или оскорбляет других. И наконец, их доброта к другим может сделать их уязвимыми для бесполезного для них общения (скажем, им грозит опасность погрязнуть в общении с надоедливыми или несчастными людьми). Несмотря на все эти несовершенства, самоактуализирующиеся люди рассматривались Маслоу как великолепные образцы психического здоровья. По крайней мере, они напоминают нам, что потенциал психологического роста человечества гораздо выше, чем тот, которого мы достигли.

Психологическая утопия: Эупсихея

Вклад Маслоу в персонологию не был бы полным, если он не обратил бы внимания на те необходимые изменения, которые, как он чувствовал, вызывают самоактуализацию в широком объеме. Он утверждал, что обстоятельства окружения

могут либо способствовать, либо препятствовать стремлению к метажизни. Хороший человек и хорошее общество, с точки зрения Маслоу, одно и то же. Он считал, что наша современная культура и социальные институты основаны на гедонически извращенной концепции природы человека. А именно, он полагал, что суть главных положений, лежащих в основе воспитания детей, официального образования, отношений работодатель—работник и даже ведущих религиозных конфессий, состоит в том, что человек является не более чем нарциссическим животным. Контролировать поведение такого создания можно только с помощью строгой дисциплины и постоянной угрозы наказания. Бездна энергии тратится на то, чтобы подавить в человеке дьявола. Напротив, Маслоу чувствовал, что вероятность самоактуализации возрастает, когда окружение способствует удовлетворению потребностей человека: «В таких условиях самые глубинные пласты природы человека могут проявляться с большей легкостью» [Maslow, 1987, p. 122].

Маслоу [Maslow, 1971, 1987] мечтал об утопическом обществе, которое могла бы основать на пустынном острове тысяча здоровых семей, мигрировавших туда с целью самим определить свою судьбу. Он назвал эту потенциальную утопию Эупсихея. В ее основе должна была лежать философия анархизма, то есть правительство не должно было бы ограничивать свободу индивида. Основные потребности и метапотребности уважались бы гораздо больше, чем в нашем обществе. Людям позволяли бы свободно делать какой угодно выбор. В Эупсихее был бы полный синергизм, или работа вместе. Такое общество также было бы обществом, ценящим простоту и бескорыстие. Словом, обитатели Эупсихеи были бы честны друг с другом и менее внушаемы, жестоки и высокомерны, чем мы.

Истинная ценность Маслоу как психолога-теоретика заключается в его интересе к таким сферам функционирования человека, которые большинство других ученых почти полностью игнорировали. Он один из немногих персонологов, кто серьезно исследовал позитивные измерения человеческого опыта и, что важно, сформулировал свои идеи как для широкого круга общественности, так и для своих эрудированных коллег-психологов. Он предвидел общество, которое позволило бы нам поднять нас и наше отношение друг к другу на истинно гуманистический уровень, основанный на достижениях психологии. Для Маслоу конечная ценность психологии состоит именно в этом: «Если мы умрем в другой войне или если мы будем оставаться напряженными, невротичными и тревожными в нарастающей холодной войне, то это благодаря тому, что мы не понимаем себя и друг друга. Улучшите природу человека, и вы улучшите все... Нам нужна психология...» [Maslow, 1956, p. 227]. Эти слова, написанные почти 40 лет назад, звучат актуально и сегодня, когда мы приближаемся к новому столетию, исполненные новых надежд на перспективы развития человеческого общества.

РЕЗЮМЕ

Гуманистическая психология, или движение третьей силы, положила начало изображению человечества, радикально отличному от изображения его в психоанализе или бихевиоризме. Находясь под влиянием экзистенциальной философии, гуманистическая психология в качестве своих основных принципов выдвигает трактовку личности как единого целого, несообразность исследований на животных,

восприятие человека как существа положительного и созидательного в своей основе, и делает акцент на изучение психического здоровья.

Будучи основным направлением гуманистической психологии, теория Абрахама Маслоу описывает человеческую мотивацию в терминах иерархии потребностей. Низшие (более основные) потребности в иерархии должны быть разумно удовлетворены прежде, чем потребности высокого уровня становятся доминантой побудительных сил в поведении человека. Вот иерархия потребностей по Маслоу в порядке их доминирования или необходимости: 1) физиологические; 2) безопасность и защита; 3) принадлежность и любовь; 4) самоуважение; 5) самоактуализация. Гуманистическая природа теории Маслоу особенно ярко проявляется в концепции самоактуализации, стремлении к наивысшей реализации своего потенциала.

Маслоу также различал две большие категории мотивов человека: дефицитарные мотивы и мотивы роста. Дефицитарные мотивы нацелены на снижение напряжения, тогда как мотивация роста (также называемая метамотивацией) нацелена на повышение напряжения посредством поиска новых и волнующих переживаний. Маслоу перечислил несколько метапотребностей (например, истина, красота и справедливость), с помощью которых описал самоактуализирующихся людей, и выдвинул теорию, что эти потребности биологически заложены в людях так же, как и дефицитарные потребности. Неудовлетворение метапотребностей вызывает метапатологии. Апатия, цинизм и отчуждение — вот некоторые из большого количества симптомов, указывающих на метапатологии, отмечаемые у людей, потерпевших неудачу в удовлетворении своих метапотребностей.

Основные положения Маслоу относительно природы человека точно сформулированы. Его гуманистическая теория отражает:

- сильную приверженность положениям свободы, рациональности, холизма, изменяемости, субъективности, гетеростаза и непознаваемости;
- промежуточную позицию по положению проактивность—реактивность
- слабую приверженность положению конституционализма.

Эмпирические исследования, порожденные теорией Маслоу, главным образом сконцентрированы на концепции самоактуализации. Собственное исследование Маслоу, проведенное на избранной группе самоактуализирующихся людей и основанное на биографическом материале, обсуждалось в этой главе. Маслоу критиковали за использование субъективных критериев в выборе испытуемых. «Опросник личностной ориентации» — это тест самоотчета, разработанный для измерения самоактуализации, концептуализированной в теории Маслоу. Многочисленные исследования показали, что POI имеет адекватную надежность и валидность и обладает прогностической ценностью в различении нормальных и аномальных групп. «Краткий индекс самоактуализации» также применим для исследовательских целей. И наконец, исследования, основанные на шкале вершинных переживаний, поддерживают концепцию Маслоу о вершинных переживаниях.

В заключительном разделе главы для дальнейшей детализации концепции самоактуализации были предложены некоторые идеи, вытекающие из исследования Маслоу. Были перечислены и обсуждены 15 основных характеристик самоактуализирующихся людей. Кратко описано представление Маслоу о психологической утопии, называемой Эупсихея, — обществе, в котором основные потребности и метапотребности людей будут удовлетворены.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Какое из трех основных направлений психологии XX века — психоанализ, бихевиоризм и гуманистическая психология — наиболее адекватно отвечает вашей точке зрения на личность и поведение человека? Почему? Видите ли вы связь между вашим теоретическим предпочтением и вашими основными положениями относительно природы человека? Объясните.
2. Одним из ключевых принципов гуманистической психологии является неуместность исследований на животных для понимания человека. Вы согласны с этой идеей? Почему? Если нет, уточните, что вы узнали о поведении человека, изучая поведение животных.
3. Как бы вы оценили иерархическую теорию мотивации Маслоу? Имеет ли смысл его точка зрения на мотивацию человека в ключе понимания вашего собственного поведения и поведения других? Приведите пример.
4. В объяснении Маслоу потребностей самоуважения выделяются две группы: самоуважение и уважение другими людьми. Подумайте, какую из этих двух групп потребностей вы считаете наиболее важной для сохранения своего психического здоровья? Объясните.
5. Назовите некоторые главные причины того, что так мало людей достигают самоактуализации, как ее понимает Маслоу? Что, по Маслоу, является следствием неудачи человека в удовлетворении его метапотребностей?
6. Обсудите разницу между дефицитарным образом жизни и метаобразом жизни.
7. Чем отличается точка зрения Маслоу на природу человека от точки зрения Фрейда? Подтвердите ваш ответ иллюстрацией их позиции по основным положениям.
8. Как бы вы оценили эмпирический статус гуманистической теории Маслоу? Существуют ли эмпирические доказательства ключевых концепций и/или принципов работ Маслоу? Как обычно исследователи измеряют индивидуальные различия в самоактуализации?
9. Назовите некоторые из основных характеристик самоактуализирующихся людей. Как Маслоу выделил эти характеристики? Критиковалось ли его исследование за недостаточную методологическую точность? Объясните.
10. Кратко опишите психологическую утопию Маслоу, то есть тип общества, наилучшим образом способствующий достижению самоактуализации для большинства людей. Считаете ли вы, что эту утопию можно осуществить на практике в условиях нашего быстро меняющего мира или это просто кабинетное философствование? Поясните вашу точку зрения.

ГЛОССАРИЙ

Б-любовь (B-love). Бытийная любовь, тип любви, в которой человек ценит другого за то, что он есть, без какого-либо желания изменить или использовать этого другого.

Вершинное переживание (Peak experience). Состояние сильного возбуждения или, напротив, умиротворения. Такое состояние часто сопровождается ощущением силы и уверенности, чувством, что нет ничего такого, что нельзя выполнить или кем стать.

Д-любовь (D-love). Дефицитарная любовь, эгоистический тип любви, когда человек больше хочет получить, чем отдать любви другому.

Дефицитарные мотивы, Д-мотивы (Deficiency motives, D-motives). Основные потребности, нацеленные на устранение напряжения организма, особенно те потребности, которые возникают из биологических потребностей и потребностей безопасности. По Маслоу, дефицитарные потребности должны быть удовлетворены прежде, чем человек сможет двигаться к самоактуализации.

Гуманистическая психология (Humanistic psychology). Психология, в первую очередь сконцентрированная на изучении здоровых и творческих людей. Гуманистические психологи подчеркивают уникальность человеческой личности, поиск ценностей и смысла существования, а также свободу, выражающуюся в самоуправлении и самосовершенствовании. Также называется *психологией третьей силы.*

Иерархия потребностей (Hierachy of needs). Расположение потребностей человека от низших к высшим в смысле их предпочтения или необходимости.

Измерение личностной ориентации (Personal Orientation Dimensions, POD). Новый тест для измерения самоактуализации.

Инстинктоид (Instinctoid). Термин, используемый Маслоу для описания врожденной основы потребностей человека.

Компетентность во времени (Time competence). Главная шкала «Опросника личностной ориентации», которая оценивает тенденцию человека жить в настоящем, а не концентрироваться на прошлом или будущем.

Комплекс Ионы (Jonah complex). Страх и сомнение в своей способности достичь самоактуализации.

Метапатология (Metapathology). Термин, используемый Маслоу для обозначения психических расстройств (например, апатия, депрессия, цинизм), развивающихся в результате фрустрации метапотребностей.

Метаценности (Meta value). Высшие аспекты жизни, достигаемые самоактуализирующимися индивидами. Включают такие ценности, как истина, добро, красота, справедливость и совершенство. Также называются *метапотребностями.*

Мотивы роста (Growth motive). Потребности высшего уровня (метапотребности), связанные с врожденным побуждением актуализировать свой потенциал. Мотивы роста возникают только в том случае, если основные потребности удовлетворены. Они увеличивают радость жизни. Также известны как *бытийные,* или *Б-мотивы.*

Направленный на других (Other-directed). Главная шкала «Опросника личностной ориентации», которая оценивает тенденцию индивида зависеть от других людей и от социальных норм как основы для суждений и действий.

Направленный на себя (Inner-directed). Главная шкала «Опросника личностной ориентации», которая оценивает тенденцию индивида зависеть от собственных принципов и мотивов как основы для суждений и действий.

Опросник личностной ориентации (Personal Orientation Inventory, POI). Личностный опросник самоотчета, разработанный для измерения степени самоактуализации индивида.

Потребность в безопасности и защите (Safety-security need). Основная потребность, которая мотивирует человека установить разумный порядок, структуру и прогнозируемость своего окружения.

Потребность в принадлежности (Belongingness need). Основная потребность, которая мотивирует человека к близким взаимоотношениям с другими. Удовлетворение этой потребности находят в друзьях, семейной жизни и членстве в группах и организациях.

Потребность в самоуважении (Self-esteem need). Основная потребность, которая мотивирует человека достигать признания и уважения других.

Психология третьей силы (Third force psychology). Направление в психологии, которое Маслоу и другие рассматривали как жизнеспособную альтернативу психоанализу и бихевиоризму (также называется *гуманистической психологией).* Акцент на способности человека к личностному росту является определяющей чертой психологии третьей силы.

Самоактуализация (Self-actualization). Процесс, постулированный Маслоу, включает в себя здоровое развитие способностей людей, чтобы они могли стать тем, кем могут стать, а значит — жить осмысленно и совершенно.

Самоактуализирующиеся люди (Self-actualizers). Люди, которые удовлетворили свои дефицитарные потребности и развили свой потенциал настолько, что могут считаться в высшей степени здоровыми людьми.

Становление (Becoming). Процесс развития, в котором индивид берет на себя ответственность за максимально полную реализацию своего потенциала.

Феноменологическое направление (Phenomenological). Утверждение, что единственная «реальность», известная кому-либо, это реальность субъективная или личная, но не объективная.

Физиологические потребности (Physiological need). Основная и наиболее сильная группа из всех потребностей человека, включает в себя потребность в воде, пище, кислороде, сне и т. д.

Шкала вершинных переживаний (Peak scale). Шкала самоотчета, используемая для измерения тенденции к вершинным переживаниям.

Экзистенциальная философия (Existential philosophy). Философская точка зрения, состоящая в том, что каждый человек сам ответствен за свою жизнь. Акцент на человеке как на «сущем-в-мире».

Эупсихея (Eupsychia). Гуманистическая утопия Маслоу, общество, характеризующееся свободным выбором, социальной гармонией и психическим здоровьем.

БИБЛИОГРАФИЯ

Abraham H. Maslow: A memorial volume. (1972). Monterey, CA: Brooks/Cole.

Braun J., Asta P. (1968). Intercorrelations between the Personal Orientation Inventory and the Gordon Personal Inventory scores. Psychological Reports, 23, 1197–1198.

Coopersmith S. (1967). The antecedents of self-esteem. New York: Freeman.

Crandall R., McGown D. A., Robb Z. (1988). The effects of assertiveness training on self-actualization. Small Group Behavior, 19, 134–145.

Daniels M. (1982). The development of the concept of self-actualization in the writings of Abraham Maslow. Current Psychological Review, 2, 61–76.

Daniels M. (1988). The myth of self-actualization. Journal of Humanistic Psychology, 28, 7–38.

Dosamantes-Alperson E., Merrill N. (1980). Growth effects of experiential movement psychotherapy. Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 17, 63–68.

Durant W. (1977). Humanism in historical perspective. The Humanist, January/February. 37, 24–26.

Eagly A. H. (1987). Sex difference in social behavior: A social-role interpretation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Fox J., Knapp R., Michael W. (1968). Assessment of self-actualization of psychiatric patients: Validity of the Personal Orientation Inventory. Educational and Psychological Measurement, 28, 565–569.

Grossack M., Armstrong T., Lussiev G. (1966). Correlates of self-actualization. Journal of Humanistic Psychology, 6, 87.

Hall M. H. (1968). A Conversation with Abraham H. Maslow. Psychology Today, 2, 35–37, 54–57.

Hardeman M. (1979). A dialogue with Abraham Maslow. Journal of Humanistic Psychology, 19, 23–28.

Haymas M., Green L. (1982). The assessment of motivation within Maslow's framework. Journal of Research in Personality, 16, 179–192.

Hoffman E. (1988). The right to be human: A biography of Abraham Maslow. Los Angeles: Jeremy P. Tarcher.

Ilardi R. L., May W. T. (1968). A reliability study of Shostrom's Personal Orientation Inventory. Journal of Humanistic Psychology, 8, 68–72.

Jansen D. G., Knapp R. R., Michael W. B. (1979). Construct validation of concepts of actualizing measured by the Personal Orientation Dimensions. Educational and Psychological Measurement, 39, 505–509.

Jones A., Crandall R. (1986). Validation of a short index of self-actualization. Personality and Social Psychology Bulletin, 12, 63–73.

Kelly R. B., Choran V. (1985). Yet another empirical test of the relationship between self-actualization and moral judgment. Psychological Reports, 56, 201–202.

Keys A., Brozek J., Henschel A., Mickelson H. (1950). The biology of human starvation. Minneapolis: University of Minnesota Press.

Knapp R. R. (1965). Relationship of a measure of self-actualization to neuroticism and extraversion. Journal of Consulting Psychology, 29, 168–172.

Knapp R. R. (1976). Handbook for the Personal Orientation Inventory. San Diego, CA: EdITS Publishers.

Knapp R. R., Knapp L. (1978). Conceptual and statistical refinement and extension of the measurement of actualizing concurrent validity of the Personal Orientation Dimensions (POD). Educational and Psychological Measurement, 38, 523–526.

Leonard G. (1983). Abraham Maslow and the new self. Esquire, December, 326–336.

LeMay M., Damm V. (1968). The Personal Orientation Inventory as a measure of self-actualization of underachievers. Measurement and Evaluation in Guidance, 110–114.

Lester D., Hvezda J., Sullivan S., Plourde R. (1983). Maslow's hierarchy of needs and psychological health. The Journal of General Psychology, 109, 83–85.

Maddi S. R. (1988). Personality theories: A comparative analysis (5th ed.). Chicago: Dorsey Press.

Maddi S. R., Costa P. (1972). Humanism in personology: Allport, Maslow, and Murray. Chicago: Aldine-Atherton.

Maslow A. H. (1950). Self-actualizing people: A study of psychological health. Personality symposia: Symposium #1 on values (pp. 11–34). New York: Grune & Stratton.

Maslow A. H. (1956). A philosophy of psychology. In J. Fairchild (Ed.). Personal problems and psychological frontiers. New York: Sheridan House.

Maslow A. H. (1964). Religions, values and peak experiences. New York: Viking Press..

Maslow A. H. (1965). Eupsychian management: A journal. Homewood, IL: Irwin-Dorsey.

Maslow A. H. (1966). The psychology of science: A reconnaissance. New York: Harper and Row.

Maslow A. H. (1967). A theory of metamotivation: The biological rooting of the value-life. Journal of Humanistic Psychology, 7, 93–127.

Maslow A. H. (1968). Toward a psychology of being (2nd ed.). New York: Van Nostrand.

Maslow A. H. (1969). Toward a humanistic biology. American Psychologist, 24, 724–735.

Maslow A. H. (1970). Motivation and personality (2nd ed.). New York: Harper and Row.

Maslow A. H. (1971). The farther reaches of human nature. New York: Viking Press.

Maslow A. H. (1987). Motivation and personality (3rd ed.). New York: Harper and Row.

Mathes E. W., Zevon M. A., Roter P. M., Joerger S. M. (1982). Peak experience tendencies: Scale development and theory testing. Journal of Humanistic Psychology, 22, 92–108.

Mattocks A. L., Jew C. (1974). Comparison of self-actualization levels and adjustment scores of incarcerated male felons. Journal of Educational and Psychological Measurement, 34, 69–74.

McClain E. (1970). Further validation of the Personal Orientation Inventory: Assessment of self-actualization of school counselors. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 35, 21–22.

Ravizza K. (1977). Peak experiences in sport. Journal of Humanistic Psychology, 17, 35–40.

Sartre J. P. (1957). Existentialism and human emotions. New York: Wisdom Library.

Shostrom E. L. (1964). An inventory for the measurement of self-actualization. Educational and Psychological Measurement, 24, 207–218.

Shostrom E. L. (1974). Manual for the Personal Orientation Inventory. San Diego, CA: EdITS Publishers.

Shostrom E. L. (1975). Personal Orientation Dimensions. San Diego, CA: EdITS Publishers.

Shostrom E. L. (1977). Manual for the Personal Orientation Dimensions. San Diego, CA: EdITS Publishers.

Shostrom E. L., Knapp R. R. (1966). The relationship of a measure of self-actualization (POI) to a measure of pathology (MMPI) and to therapeutic growth. American Journal of Psychotherapy, 20, 193–202.

Stewart R. A. (1968). Academic performance and components of self-actualization. Perceptual and Motor Skills, 26, 918.
Tavris C., Wade C. (1984). The longest war: Sex differences in perspective. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
Wilson C. (1972). New pathways in psychology: Maslow and the post-Freudian revolution. New York: Taplinger Publishing.
Zaccaria J. S., Weir R. W. (1967). A comparison of alcoholics and selected samples of non-alcoholics in terms of a positive concept of mental health. Journal of Social Psychology, 71, 151–157.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Csikszentmihalyi M. (1982). Toward a psychology of optimal experience. In L. Wheeler (Ed.). Review of personality and social psychology (Vol. 3, pp. 13–36). Beverly Hills, CA: Sage.
Deci E. L., Rayn R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum.
Goble F. (1970). The third force: The psychology of Abraham Maslow. New York: Pocket Books.
Royce J. R., Mos L. P. (1981). Humanistic psychology: Concepts and criticisms. New York: Plenum.
Valle R. S., Kennedy J. F., Halling S. (Eds.) (1989). Existential-phenomenological perspectives in psychology: Exploring the breadth of human experience. New York: Plenum.
Walsh R., Shapiro D. (Eds.) (1983). Beyond health and normality: Explorations of exceptional psychological well-being. New York: Van Nostrand Reinhold.
Williams D. E., Page M. M. (1989). A multidimensional measure of Maslow's hierarchy of needs. Journal of Research in Personality, 23, 192–213.
Yankelovich D. (1981). New rules: Searching for self-fulfillment in a world turned upside down. New York: Random House.

Глава 11

ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ: КАРЛ РОДЖЕРС

Феноменологическое направление теории личности подчеркивает идею о том, что поведение человека можно понимать только в терминах его субъективного восприятия и познания действительности. Феноменологи полагают, что именно внутренняя система отсчета человека — или субъективная способность постигать действительность — играет ключевую роль в определении внешнего поведения человека. Доводя эту мысль до логического конца, феноменологическое направление отрицает идею о том, что окружающий мир есть нечто, что реально существует само по себе как неизменная действительность для всех. Утверждается, что материальная или объективная действительность есть реальность, сознательно воспринимаемая и интерпретируемая человеком в данный момент времени. Этот тезис является краеугольным камнем феноменологического подхода к личности [Watzlawick, 1984].

Другой важный тезис, характеризующий феноменологическое направление, — идея о том, что люди способны определять свою судьбу. Действительно, феноменологи полагают, что люди свободны в решении, какой должна быть их жизнь в контексте врожденных способностей и ограничений. Убеждение в том, что самоопределение является существенной частью природы человека, приводит, в свою очередь, к заключению, что люди, в конечном счете, ответственны за то, что они собой представляют. К сожалению, некоторые стремятся жить так, как будто не воспринимают себя в качестве основного контролирующего фактора своей жизни. Подобно разменной пешке на шахматной доске, эти люди проживают жизнь, словно какие-

то силы, которым они не могут сопротивляться, «движут» ими. В соответствии с феноменологической позицией, так происходит только потому, что эти люди потеряли из виду свободу самоопределения, которая заложена в их природе.

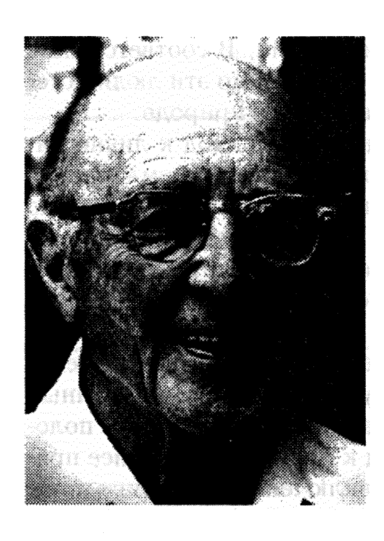
Последний тезис, характеризующий феноменологический подход к личности, заключается в том, что люди в своей основе добры и обладают стремлением к совершенству. В частности, предполагается, что люди естественно и неизбежно движутся в направлении большей дифференциации, автономности и зрелости. Концепция роста, сконцентрированная на процессе реализации внутренних возможностей и личностного потенциала человека, четко отражает позитивный и оптимистичный взгляд на человечество.

Следы трех основных тезисов, связанных с феноменологическим направлением в персонологии, прослеживаются в теориях Маслоу и Келли, представленных в двух предыдущих главах. Тем не менее, общепризнано, что концепции и положения, характеризующие феноменологический подход к личности, наиболее прямо выражены в работах Карла Роджерса. Его теория включена в эту книгу потому, что в ней делается попытка понять, как человек воспринимает мир. Теория Роджерса представлена также и потому, что она уделяет пристальное внимание концепции *самости* и переживаниям, связанным с самостью, а также потому, что в ней подчеркивается важность тенденций, способствующих росту, присущих всем людям. Влияние трудов Роджерса общеизвестно и ни в коем случае не ограничено сферой теоретической психологии. Он играл ключевую роль в развитии групп встреч как средства помощи людям из всех слоев общества достичь улучшения и обогащения своих межличностных отношений. К тому же его идеи имели поразительное влияние на такие сферы, как социальная работа, уход за больными, семейное консультирование, групповая динамика и образование. Трудно переоценить огромное влияние Роджерса на формирование терапевтических и образовательных стратегий, используемых сегодня профессионалами.

КАРЛ РОДЖЕРС: ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Карл Рэнсом Роджерс (Carl Ransom Rogers) родился в Оук-парке (предместье Чикаго), штат Иллинойс, в 1902 году. Он был четвертым из шести детей, пять из которых были мальчиками. Его отец был инженером и подрядчиком, добившимся определенного финансового успеха, потому в ранние годы жизни Роджерса в экономическом отношении семья была благополучной. Когда ему исполнилось 12 лет, семья переехала на ферму на западе от Чикаго, и в этой сельской местности он провел юношеские годы. Члены семьи были уверенными в себе, хотя неявно зависели друг от друга, но не производили впечатления действительно радостных и довольных собой и друг другом людей. Роджерс вспоминал, что его отрочество проходило в строгой и бескомпромиссной религиозной и нравственной атмосфере [Rogers, 1973]. Он описывал своих родителей как людей чувствительных и любящих, но, тем не менее, искренне и догматично приверженных фундаменталистским религиозным взглядам.



Карл Роджерс (1902–1987).

Не имея близких друзей вне семьи, Роджерс проводил много времени в одиночестве, с удовольствием читая книги о приключениях. Фактически он читал все, что попадется под руку, включая словарь и энциклопедию. В школьные годы Роджерс тоже жил в социальной изоляции и одиночестве. Он посещал три разные школы, каждую не более двух лет, тратя много времени на дорогу, так что ему никогда не удавалось участвовать вместе с другими школьниками во внеклассной деятельности. Однако Роджерс учился отлично. Почти по всем предметам у него были высшие оценки, особенно он отличался в английском языке и в естественных науках. Летние каникулы он проводил на ферме, работая там до изнеможения.

> Я управлял культиватором весь день, обычно меня посылали на кукурузное поле в дальнем конце фермы, которое поросло пыреем. Это был урок независимости, умения справляться одному, без кого-либо другого... Это был опыт личной ответственности, который сегодня переживают немногие молодые люди [Rogers, 1967, p. 347].

В юношестве Роджерс проявил страстный интерес к природе и занял научную позицию в занятиях сельским хозяйством, делая подробные записи своих наблюдений за растениями и животными. Он собирал и выращивал определенный вид ночных бабочек и прочитал о них все, что мог найти. Он также читал книги по сельскому хозяйству, которые приносил отец, и о применяемых в этой области научных методах.

После окончания школы Роджерс намеревался стать фермером. В 1919 году он поступил в Висконсинский университет, семейную alma mater, и в качестве предмета изучения выбрал научное земледелие. Однако на втором курсе он активно занялся религиозной деятельностью и посещал студенческую религиозную конференцию, имевшую своим лозунгом: «Наставляйте в христианской вере мир нашего поколения». В результате он решил готовиться к пасторской деятельности. В следующем, 1922 году произошло событие, которое перевернуло его жизнь. В числе десяти американских студентов колледжа он был избран для поездки на конференцию Всемирной студенческой христианской федерации в Пекине.

Он провел более шести месяцев за рубежом, где наблюдал религиозные и культурные отношения, совершенно отличные от тех, к которым он привык. Жизнь на Востоке не только сделала его взгляды на жизнь более либеральными, но и заставила усомниться в божественности Иисуса. Эта поездка также сделала Роджерса независимым от интеллектуальных и религиозных уз родителей. После путешествия на Восток Роджерс возвратился в Висконсин и получил степень бакалавра по истории в 1924 г. Он прошел только один курс по психологии — заочно!

После окончания университета Роджерс женился на Хелен Элиот, соученице по Висконсину, с которой он был знаком с детства. Тем же летом новобрачные отправились в Нью-Йорк на автомобиле «Форд-Т» в либеральную Объединенную теологическую семинарию. Роджерс нашел жизнь в Нью-Йорке возбуждающей и волнующей: «Я приобрел друзей, нашел новые идеи и совершенно влюбился в жизнь» [Rogers, 1967, p. 353]. В Объединенной семинарии Роджерс впервые осознал, что пастыри и профессионалы в области психического здоровья имеют общую цель — помогать обездоленным людям. Однако постепенно он освободился от чар академического курса по религии — разочарование, подкрепленное растущим скептицизмом по поводу схоластических установок религиозной работы. В конце второго года учебы он сменил семинарию на Учительский колледж Колумбийского университета, чтобы получить образование в области клинической и педагогической психологии. Роджерс получил степень магистра в 1928 году и степень доктора клинической психологии в 1931 году.

В 1931 году Роджерс занял должность психолога в Отделении исследования детей Общества по предотвращению жестокости к детям в Рочестере, Нью-Йорк. В течение следующего десятилетия Роджерс активно занимался работой с делинквентными и неблагополучными детьми. Он также играл важную роль в создании Рочестерского центра направляющей помощи и был его директором, несмотря на уверенность, что организацию должен возглавлять психиатр. После опубликования очень успешной работы под названием «Клиническое лечение проблемного ребенка» в 1939 году Роджерсу предложили работать на кафедре психологии Университета штата Огайо в качестве профессора. В 1940 году Роджерс вернулся в Колумбийский университет, чтобы начать новую карьеру. Переход в академическую среду принес Роджерсу широкое признание в области зарождающейся клинической психологии. Он привлек много талантливых аспирантов и начал публиковать многочисленные статьи, подробно излагая свои взгляды на психотерапию и ее эмпирическое исследование. Эти идеи были выдвинуты в его книге «Консультирование и психотерапия», опубликованной в 1942 году.

В 1945 году Роджерс перешел в Чикагский университет, где занял должность профессора психологии и директора университетского консультативного центра. Это положение давало ему возможность основать консультативный центр для студентов старших курсов, где профессиональный персонал и аспиранты работали на равных. Самыми продуктивными и творческими были для него 1945–1957 годы, проведенные в Чикаго. В этот период он завершил свою главную работу «Центрированная на клиенте терапия: ее современная практика, значение и теория» (1951) — книгу, разрабатывающую теорию, лежащую в основе его подхода к межличностным отношениям и изменению личности. Он также провел несколько исследований процесса и результатов психотерапии. Это был период личных неудач. Консультируя очень тяжелую пациентку, Роджерс был поглощен ее

патологией. Будучи почти на грани срыва, он буквально бежал из консультативного центра, взял трехмесячный отпуск и вернулся для терапии, которую проводил с ним один из его бывших студентов. Позже он вспоминал: «Я часто был благодарен, что к тому времени, когда мне нужна была помощь, я подготовил психотерапевтов, которые вели свои собственные дела, не зависели от меня и даже были способны предложить мне помощь, в которой я нуждался» [Rogers, 1967, p. 367].

В 1957 году Роджерс вернулся в Висконсинский университет, где вел работу в отделениях психологии и психиатрии. Впоследствии он начал интенсивную программу исследований, используя психотерапию для лечения больных шизофренией в Государственном психиатрическом госпитале. К сожалению, эта исследовательская программа столкнулась с некоторыми проблемами и оказалась не столь успешной, как ожидал Роджерс. Некоторые члены коллектива были против терапевтического подхода Роджерса, данные таинственным образом исчезали, и оказалось, что у больных шизофренией, которых лечили по этой программе, были лишь самые незначительные улучшения по сравнению с пациентами, которых лечили привычным образом.

В 1964 году Роджерс уволился из университета и стал сотрудником Западного института бихевиоральных наук в Ла-Джолле, штат Калифорния — благотворительной организации, занимающейся гуманистически ориентированными исследованиями по межличностным отношениям. Четыре года спустя он оставил это место и занял пост в Центре по изучению человека, также расположенном в Ла-Джолле. Здесь он трудился до самой смерти, последовавшей от сердечного приступа во время операции на сломанном бедре (1987 год). В последние годы Роджерс ездил по всему миру с семинарами, на которых он демонстрировал психологам и другим работникам сферы психического здоровья, а также педагогам и политикам, как принципы клиент-центрированной терапии могут быть использованы для облегчения напряжения в мире и достижения мирного сосуществования. «Проблема предотвращения ядерной бойни — самая главная для моего ума, сердца и работы» [Rogers, 1984, p. 15].

Роджерс получил много наград за свой вклад в психологию и был активным членом многочисленных научных обществ. Его избирали президентом Американской психологической ассоциации в 1946–1947 годах, и в 1956 году он первым получил награду Американской психологической ассоциации за выдающийся вклад в науку. Он также получил награду Американской психологической ассоциации в 1972 году за выдающиеся профессиональные достижения. В обращении к съезду Американской психологической ассоциации в 1972 году он подытожил свой вклад в психологию, сказав: «Я выразил идею, для которой пришло время, как будто камень был брошен в воду и поднял рябь. Идея была в том, что индивид имеет широкие внутренние возможности для изменения своей жизни, и эти возможности можно мобилизовать при соответствующих условиях» [Rogers, 1973, p. 4]. Если о теории судить только по тому, как она повлияла на профессиональную психологию, то работу Карла Роджерса следует оценить очень высоко. Никто со времен Фрейда не имел большего влияния на практику консультирования и терапии, чем Роджерс.

Роджерс является автором нескольких интересных книг по консультированию и личности, включая: «Психотерапия и изменение личности» совместно с Р. Даймондом (R. Dymond) (1954); «Становление личности: взгляд психотера-

певта» (1961); «От человека к человеку: проблема человеческого бытия» совместно с Б. Стивенсом (B. Stevens) (1967); «Свобода учиться: чем может стать образование» (1969); «Карл Роджерс о группах встреч» (1970); «Партнерство: брак и его альтернативы» (1972); «Карл Роджерс о человеческих возможностях» (1977); «Способ бытия» (1980) и «Свобода учиться: 80-е годы» (1983). Его автобиография появилась в «Истории психологии в автобиографиях» [Rogers, 1967, Volume 5, pp. 341–384].

ТОЧКА ЗРЕНИЯ РОДЖЕРСА НА ПРИРОДУ ЧЕЛОВЕКА

Точка зрения Роджерса на природу человека сформировалась так же, как у Фрейда, на основе его личного опыта работы с людьми, имеющими эмоциональные расстройства. Он признавал, что главный толчок его идеям дал интерес к людям, которым требовалась профессиональная помощь: «Из отношений с этими людьми, из часов, проведенных с ними, я почерпнул большинство моих догадок о значении терапии, о динамике межличностных отношений, о структуре и функционировании личности» [Rogers, 1959, p. 188].

В результате своих клинических наблюдений Роджерс пришел к заключению, что самая сокровенная сущность природы человека ориентирована на движение вперед к определенным целям, конструктивна, реалистична и весьма заслуживает доверия. Он считал человека активным существом, ориентированным на отдаленные цели и способным вести себя к ним, а не созданием, раздираемым силами, находящимися вне его контроля. Такая точка зрения отчетливо соотносится с верой Руссо в доброту, свойственную природе человека, — убежденностью в том, что человек, если дать ему возможность раскрыть врожденный потенциал, будет развиваться оптимально и эффективно.

Роджерс утверждал, что христианство культивировало представление, что люди от природы злы и грешны. Он также утверждал, что этот негативный взгляд на человечество был еще усилен Фрейдом, нарисовавшим портрет человека, движимого ид и бессознательным, которые могут проявить себя в инцесте, убийстве, воровстве, сексуальном насилии и других ужасающих действиях. В соответствии с этой точкой зрения люди коренным образом иррациональны, несоциализированы, эгоистичны и деструктивны по отношению к себе и другим. Роджерс допускал, что у людей иногда бывают злые и разрушительные чувства, аномальные импульсы и моменты, когда они ведут себя не в соответствии с их истинной внутренней природой [Rogers, 1980]. Когда же люди *функционируют полностью*, когда ничто не мешает им проявлять свою внутреннюю природу, они предстают как позитивные и разумные создания, которые искренне хотят жить в гармонии с собой и с другим. Сознавая, что такую точку зрения на природу человека можно посчитать не более чем наивным оптимизмом, Роджерс замечал, что его заключения основаны на почти 30-летнем опыте психотерапевта. Он заявлял:

> Я не придерживаюсь точки зрения Полианны[1] на природу человека. Я понимаю, что поскольку человеку присущ внутренний страх и беззащитность, он может вести и ведет себя недопустимо жестоко, ужасно деструктивно, незрело, регрессивно, антисоциально

[1] Полианна — героиня романа американской писательницы Элеонор Портер, воплощение неистребимого оптимизма. (*Прим. ред.*)

и вредно. Все же одним из впечатляющих и обнадеживающих переживаний является для меня работа с такими людьми и открытие весьма позитивных тенденций, которые существуют в них очень глубоко, как и во всех нас [Rogers, 1961, p.27].

Резко расходясь с фрейдовской традицией, Роджерс постулировал естественное развитие людей к «конструктивной реализации» свойственных им врожденных возможностей. «Поэтому, когда такой фрейдист, как Карл Меннингер (Karl Menninger), говорит мне (в дискуссии по этому вопросу), что он воспринимает человека как „врожденное зло“ или, более точно, „врожденное деструктивное“, я могу только покачать головой в изумлении» [цит. по Kirschenbaum, 1979, p. 250]. Итак, Роджерс имел глубокое, почти религиозное чувство уважения к природе человека. Он утверждал, что все человечество обладает естественной тенденцией двигаться в направлении независимости, социальной ответственности, креативности и зрелости. Следует заметить, что подобный взгляд на природу человека является лейтмотивом всей теории Роджерса и точно отождествляется с гуманистическим направлением в персонологии.

Хотя и Роджерс, и Маслоу разделяли мнение, что люди имеют фактически неограниченный потенциал для самосовершенствования, их теории содержат три ключевых различия. Прежде всего, Роджерс полагал, что личность и поведение в большей степени являются функцией уникального восприятия человеком окружения, в то время как Маслоу, с другой стороны, придерживался мнения, что поведение человека и его опыт регулируются иерархией потребностей. В отличие от Роджерса, Маслоу не подчеркивал феноменологию человека. Во-вторых, теория Роджерса в основном была сформулирована благодаря его работе с людьми, имеющими психологические проблемы. В самом деле, Роджерс сконцентрировал внимание на терапевтических условиях, которые способствовали самоактуализации человека и перенесению того, что он извлек из терапии, в общую теорию личности. Маслоу, напротив, никогда не занимался терапией и настаивал на том, чтобы психология переключила внимание с изучения аномалий на изучение психически здоровых людей. И наконец, Роджерс выявлял определенные формы развития, способствующие склонности человека к совершенствованию врожденного потенциала, а в теории Маслоу процессы развития, регулирующие движение человека к полной самоактуализации, фактически игнорировались. Работы Маслоу посвящены почти исключительно взрослым, хотя он все же признавал, что люди подвержены фрустрации потребностей в определенные «критические стадии» жизненного цикла. Несмотря на эти явные теоретические различия, и Роджерс, и Маслоу полагали, что люди в основном стремятся вперед и при подходящих условиях полностью реализуют свой врожденный потенциал, демонстрируя истинное психическое здоровье.

РУКОВОДЯЩИЙ МОТИВ В ЖИЗНИ: ТЕНДЕНЦИЯ АКТУАЛИЗАЦИИ

Наряду с позитивной точкой зрения на природу человека, Роджерс выдвинул гипотезу о том, что все поведение вдохновляется и регулируется неким объединяющим мотивом, который он называл *тенденцией актуализации.* Он представляет собой «свойственную организму тенденцию развивать все свои способности, чтобы

сохранять и развивать личность» [Роджерс, 1959, p. 196]. Таким образом, важнейший мотив жизни человека — это актуализировать, то есть сохранить и развить себя, максимально выявить лучшие качества своей личности, заложенные в ней от природы. Эта фундаментальная тенденция является *единственным* мотивационным конструктом, постулированным Роджерсом. Действительно, Роджерс чувствовал, что ничего нельзя объяснить, постулируя специфические мотивы, такие как голод, половое влечение, безопасность, и используя эти гипотетические мотивы для объяснения причин поведения [Rogers, 1980]. Возьмем в качестве примера голод. Традиционно психология рассматривала его как отдельное влечение, или мотив, вещь в себе. В системе взглядов Роджерса голод является только одним из специфических выражений господствующего мотива, лежащего в основе нашего существования, а именно — он необходим, чтобы «сохранить» человека. Если вы в это не верите, прекратите есть. Меньше чем через неделю вы в это поверите или умрете. Или рассмотрим половое влечение как мотив— оно служит для «интенсифицирования» человека. Это понятно и без пояснений. Или потребность достижения — желание отличиться, выполнить трудную задачу. С точки зрения Роджерса, данную потребность можно трактовать как одно из выражений тенденции актуализации. Стремление человека к достижениям является способом совершенствования внутреннего потенциала.

Роджерс полагал, что при отсутствии значительных внешних ограничений или антагонистических воздействий тенденция актуализации естественно выразится посредством разнообразных форм поведения. Далее некоторые существенные признаки определяют тенденцию актуализации как «один центральный источник энергии в организме человека» [Rogers, 1980, p. 123]. Во-первых, она берет начало в физиологических процессах организма (то есть это *биологический факт*, а не психологическая тенденция). На организменном уровне тенденция актуализации выражается не только в сохранении организма с удовлетворением дефицитарных потребностей (воздух, пища, вода), она также развивает организм, обеспечивая эволюцию и дифференциацию органов и функций тела, его рост и постоянное обновление. А мотивационная сила, с которой тенденция актуализации действует на психические процессы, относящиеся к самости, имеет еще большее значение. Тенденция актуализации является активным процессом, отвечающим за то, что организм всегда стремится к какой-то цели, будь то начинание, исследование, перемены в окружении, игра или творчество. Она ведет человека в направлении автономии и самодостаточности.

Тенденция актуализации не просто нацелена на снижение напряжения (сохранение жизненных процессов и поиски комфорта и покоя). Она также подразумевает *повышение напряжения.* Вместо того, чтобы считать конечной целью любого поведения уменьшение напряжения, Роджерс полагал, что поведение мотивировано потребностью человека развиваться и улучшаться. Человеком управляет процесс роста, в котором его личностный потенциал приводится к реализации. К тому же Роджерс утверждал, что эта конструктивная биологическая тенденция является общей для всех форм жизни — она присуща не только людям, даже не только животным, но всему живому. Это сущность жизни!

Роджерс не считал нужным давать конкретные примеры проявления тенденции актуализации в поведении, но ее можно охарактеризовать в терминах желания достичь или завершить что-то, что сделает жизнь человека более разнообразной



Маленький ребенок, делая свои первые шаги, проявляет тенденцию актуализации, которую можно наблюдать не только у людей, но у всех живых существ.
(Ray Ellis/Photo Researchers)

и удовлетворительной (например, стремление получить хорошую оценку, добиться повышения по службе, быть независимым, помогать людям, больным СПИДом). Другие многочисленные примеры также иллюстрируют действие принципа актуализации Роджерса. Например, маленький ребенок, который учится ходить, поражает своим упорством — он действительно «зациклился» на этом и актуализируется. Он падает назад или вперед, ударяется головой и расквашивает нос. Но в конце концов он идет. Также и игрок в теннис стремится улучшить свой удар справа и слева, игрок в гольф — прицел и удары по мячу, профессор колледжа — свои статьи, а подросток — свою идентичность. Движение к саморазвитию часто сопровождается борьбой и страданиями, но побудительный мотив настолько непреодолим, что человек настойчиво продолжает свои попытки, несмотря на боль и неудачи, которые, вероятно, испытывает. Короче, Роджерс предположил, что фактически все поведение людей направлено на повышение их компетентности или на их актуализацию.

Для Роджерса весь жизненный опыт оценивается с позиции того, насколько хорошо он служит тенденции актуализации. Эта установка отражается в другом термине, который он использовал в связи с этой тенденцией: *организмический оценочный процесс*. Это словосочетание отражает идею о том, что люди ищут и оценивают позитивно переживания, которые они воспринимают как содействующие их личности или развивающие ее. Люди испытывают чувство удовлетворения

от таких позитивных переживаний. И напротив, они избегают и оценивают негативно те переживания, которые воспринимают как противоречащие или препятствующие их актуализации. Организмический оценочный процесс позволяет людям оценить переживания с точки зрения того, насколько они способствуют тенденции актуализации или препятствуют ей. И вполне естественно, они будут обращаться к переживаниям актуализации и избегать переживаний, воспринимаемых иначе. Роджерс предположил, что даже маленькие дети, если есть для этого возможность, будут действовать в соответствии с организмическим оценочным процессом: «Самый простой пример — это ребенок, который ценит пищу, пока голоден, и испытывает к ней отвращение, когда насыщается; в какой-то момент он оценивает стимуляцию, а вскоре оценивает только остальное; он удовлетворяется диетой, которая в конечном итоге максимально интенсифицирует его развитие» [Rogers, 1959, p. 210].

Наиболее необходимым аспектом тенденции актуализации, с точки зрения личности, является стремление человека к самоактуализации. В контексте теории Роджерса *тенденция самоактуализации* — это процесс реализации человеком на протяжении всей жизни своего потенциала с целью стать полноценно функционирующей личностью. Пытаясь достичь этого, человек проживает жизнь, наполненную смыслом, поисками и волнениями. К тому же самоактуализирующийся человек живет экзистенциально, непринужденно наслаждаясь каждым моментом жизни и полностью участвуя в ней. По Роджерсу, не требуется каких-то особых мотивационных конструктов (то есть специфических влечений), чтобы понять, почему человек активен; каждый человек исходно мотивирован просто тем, что живет. Мотивы и влечения не объясняют целенаправленной деятельности организма. Человечество в основе своей является активным и самоактуализирующимся в силу своей собственной природы.

Нужно подчеркнуть, что самоактуализация как таковая не является конечным состоянием совершенства. Роджерс полагал, что ни один человек не становится самоактуализированным настолько, чтобы отбросить все мотивы. У него всегда остаются таланты для развития, навыки для совершенствования, более действенные и приятные способы для удовлетворения биологических потребностей. Однако можно говорить о людях, которые достигли большей самоактуализации, чем другие; они далее других продвинулись к такому функционированию, которое можно назвать более полноценным, творческим и автономным. Мы более подробно поговорим о тенденции самоактуализации, когда будем описывать полноценно функционирующего человека в следующем разделе этой главы.

ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКАЯ ПОЗИЦИЯ РОДЖЕРСА

Как мы видели, теория Роджерса иллюстрирует феноменологический подход к личности. *Феноменологическое* направление считает реальным для индивида (то есть реальным для его мыслей, понятий, чувств) то, что существует в пределах *внутренней системы координат* человека или субъективного мира, включающего все, осознаваемое в любой данный момент времени. Из этого следует, что субъективное восприятие и переживания не только представляют собой личную реальность человека, но также образуют основу для его действий. Говоря

феноменологически, каждый из нас реагирует на события в соответствии с тем, как мы субъективно воспринимаем их. Например, человек, изнывающий от жажды в пустыне, бросится к луже воды, являющейся миражом, так, как если бы это была настоящая вода. Еще пример: два человека, оказавшиеся в одних и тех же обстоятельствах, могут впоследствие описывать две совершенно разные ситуации, это часто бывает с рассказами «очевидцев» появления неопознанных летающих объектов, дорожно-транспортных происшествий и других неожиданных событий.

Феноменологическая психология отстаивает в качестве своей основной доктрины положение, что психологическая реальность феноменов является исключительно функцией того, как они воспринимаются людьми. Чувства человека не есть прямое отражение мира реальности; действительная реальность — это реальность, которую наблюдает и интерпретирует реагирующий организм. Следовательно, по Роджерсу, каждый человек интерпретирует реальность в соответствии со своим субъективным восприятием, и его внутренний мир в полной мере доступен только ему самому [Rogers, 1959]. В заключение можно добавить, что Роджерс, в отличие от Келли, избегал делать какие-либо заявления о природе «объективной» реальности. Его интересовала только *психологическая реальность* (то есть то, как человек воспринимает и интерпретирует любую информацию, получаемую посредством чувств), а объективную реальность он оставлял философам [Rogers, 1961].

Большое значение для феноменологического направления теории личности имеет то, что понимание поведения человека зависит от изучения его субъективного восприятия реальности. Если мы хотим объяснить, почему человек думает, чувствует и ведет себя данным образом, нам необходимо постичь его внутренний мир. Только субъективный опыт является ключом к пониманию поведения. Поэтому наиболее важным аспектом психологического исследования является изучение субъективных переживаний человека — ведь в конечном счете только эти переживания ответственны за поведение. Это и есть феноменологическая реальность, которую персонолог, по Роджерсу, должен попытаться проанализировать и понять.

Господство субъективного опыта

Связь опыта с поведением является существенным тезисом в феноменологической теории Роджерса. Он настаивал на том, что поведение человека нельзя понять, не обращаясь к его субъективной интерпретации событий. Говоря о прогнозировании поведения, Роджерс заявлял, что человек действует в соответствии со своим восприятием событий, происходящих в данный момент. Таким образом, он выступал против утверждения Скиннера о том, что поведение можно объяснить реакцией человека на объективную стимульную ситуацию; по его мнению, скорее следует говорить об *интерпретации* ситуации и ее персональном значении, которое регулирует поведение. Критическое значение имеет восприятие явлений: что именно для меня представляет собой напиток из взбитых яиц с сахаром и ромом, или чувства любви и гнева, или данный человек. Следовательно, никто с полным основанием не может утверждать, что его чувство реальности непременно лучше

или правильнее, чем у кого-то еще; никто не имеет права противопоставлять свою реальность реальности других.

Роджерс отвергал в большей ее части теорию Фрейда о том, что прошлый опыт или источники происхождения поведения являются первичными факторами, лежащими в основе личности. Поведение не определено прошлыми событиями. Роджерс подчеркивал, что необходимо понять, каким человек воспринимает свое окружение сейчас. Наша актуальная интерпретация прошлых переживаний, а не их фактические обстоятельства, влияет на наше настоящее поведение. Если бы Роджерса, например, спросили: «Что заставляет человека поступать так враждебно?», — то могли бы получить ответ: «Он рассматривает мир как опасное место и считает, что его не любят и не могут полюбить». Роджерс не сказал бы: «Он терпел лишения и оскорбления, когда был ребенком».

С этой *неисторической* точки зрения необязательно прослеживать давнее прошлое, чтобы узнать, почему человек ведет себя так сегодня. Разумеется, Роджерс признавал, что прошлый опыт влияет на восприятие настоящих событий. Однако он настаивал на том, что на поведение данного момента всегда влияет актуальное восприятие и интерпретация. Более того, Роджерс полагал, что на поведение существенно влияет то, как люди прогнозируют свое будущее (обратите внимание на сходство с теорией личностных конструктов Келли). Например, если молодая женщина считает, что она не умеет общаться с мужчинами, она находится в затруднении не из-за прошлых неудач, а из-за того, что боится неудач будущих. Ею управляет самоисполняющееся предвидение, а именно то, что она не сможет заинтересовать мужчину, потому что лишена социального шарма. Изменение негативного представления, которое она создала о себе, вероятно, способствовало бы ее успеху в будущих сексуальных отношениях. Таким образом, Роджерс отдавал предпочтение идее о том, что личность следует изучать в контексте «настоящее—будущее».

И наконец, Роджерс подчеркивал, что поведение можно понять только если обращаться к целостному человеку. Другими словами, он поддерживал *холистическую* точку зрения на личность — представление о том, что человек ведет себя как интегрированный организм, и это единство нельзя свести к составляющим частям его личности. Приверженность Роджерса холистическому направлению видна практически в каждом аспекте его теоретической системы.

Я-КОНЦЕПЦИЯ: «ВСЕ-ТАКИ КТО Я?»

Из предыдущего обсуждения должно быть ясно, что Я-концепция является определяющей в подходе Роджерса. Фактически конструкт самости является столь неотъемлемой частью роджерсовской теории, что некоторые психологи определяют ее как «теорию Я» [Patterson, 1973]. Но, удивительно, Роджерс начал создавать свою теорию отнюдь не с признания важности собственного «Я» в переживаниях человека. Скорее он начал с представления самости как «неясного, двусмысленного, научно бессмысленного термина», который больше не в моде у уважающих себя психологов [Rogers, 1959, p. 200]. Однако его пациенты настаивали на выражении своих проблем и установок в терминах самости, и постепенно он осознал, что самость была значительным элементом в опыте человека и что

целью пациента было достичь своей «реальной сущности». *Самость*, или *Я-концепция* (Роджерс использовал эти термины взаимозаменяемо) определяется как:

> Организованный, последовательный концептуальный гештальт, составленный из восприятий свойств «Я», или «меня» и восприятий взаимоотношений «Я», или «меня» с другими людьми и с различными аспектами жизни, а также ценности, связанные с этими восприятиями. Это гештальт, который доступен осознаванию, хотя не обязательно осознаваемый [Rogers, 1959, p. 200].

Таким образом, «Я» — это дифференцированная часть *феноменального поля*, или *поля восприятия* человека (определенного как всеобщность переживаемого), которая состоит из осознанного восприятия и ценностей «Я». Я-концепция означает концепцию человека о том, что он собой представляет. Я-концепция отражает те характеристики, которые человек воспринимает как часть себя. Для примера, человек может воспринимать себя так: «Я умный, любящий, честный, внимательный и привлекательный». С точки зрения феноменологического направления, Я-концепция часто отражает то, как мы видим себя в связи с различными ролями, которые мы играем в жизни. Эти ролевые образы формируются в результате все более усложняющихся транзакций между людьми. Следовательно, Я-концепция может включать некий набор образов «Я» — родителя, супруга, студента, служащего, руководителя, спортсмена, музыканта и артиста. Легко заметить, что «Я» человека может состоять из наборов восприятия, отражающих многие специфические «роли» в различных жизненных контекстах [Markus, Nurius, 1986].

Я-концепция включает не только наше восприятие того, какие мы есть, но также и то, какими, как мы полагаем, мы должны быть и хотели бы быть. Этот последний компонент «Я» называется *Я-идеальное*. По Роджерсу, Я-идеальное отражает те атрибуты, которые человек хотел бы иметь, но пока не имеет. Это «Я», которое человек больше всего ценит и к которому стремится.

Роджерсовское понятие «Я» можно также понимать в терминах различных свойств и функций. Для начала Роджерс постулировал, что Я-концепция исходит из общих законов и принципов восприятия, установленных в научной психологии [см. Epstein, 1973]. Это означает, что структура «Я» действует в терминах таких процессов восприятия, как фигура—фон, завершение и сходство. Во-вторых, Роджерс полагал, что Я-концепция пространственна по природе, и считал, что она представляет собой организованную, логически последовательную и интегрированную систему восприятия «Я». Так, например, хотя «Я» постоянно меняется в результате нового опыта, оно всегда сохраняет качества целостной системы, гештальта. Неважно, насколько люди изменяются со временем, у них всегда сохраняется внутреннее чувство, что они в любой момент времени остаются все теми же людьми. Далее Роджерс предположил, что Я-концепция — это не гомункул или «маленький человечек в голове», который контролирует действия человека. «Я» не регулирует поведение; наоборот, оно символизирует главную часть сознательного опыта индивида. И наконец, панорама опыта и восприятия, известная как «Я», принимается и признается сознанием. Роджерс полагал, что для Я-концепции, в которую включены бессознательные процессы, нельзя дать рабочее определение, и, следовательно, она не поддается научному исследованию.

Развитие Я-концепции

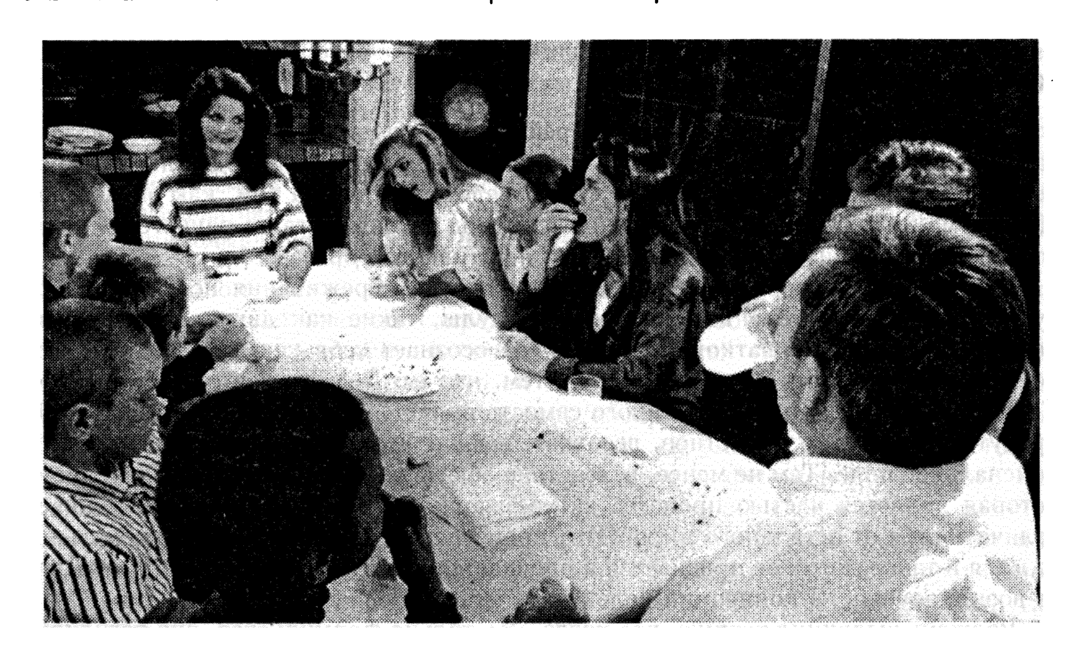
В отличие от таких теоретиков, как Фрейд, Адлер и Эриксон, Роджерс не создавал специальную схему критических стадий, через которые проходят люди в процессе формирования Я-концепции. Он сосредоточивался на том, как оценка индивидуума другими людьми, особенно в период младенчества и раннего детства, способствует развитию позитивного или негативного образа себя.

Изначально новорожденный воспринимает все переживания нерасчлененно, будь то ощущения тела или внешние стимулы, такие как движение игрушек, подвешенных над кроваткой. Младенец не осознает себя как отдельное сущее, поэтому он не делает различий между тем, что есть «мое» и что — «не мое». Следовательно, для новорожденного самость является фикцией (не существует); присутствует только целостное, всеохватывающее и недифференцированное феноменальное поле. Тем не менее, вследствие общей тенденции к дифференциации, которая является частью процесса актуализации, ребенок постепенно начинает отличать себя от остального мира. Этот процесс дифференциации феноменального поля в такое, которое признается и ощущается как отдельный объект, объясняет возникновение Я-концепции человека в теории Роджерса.

Роджерс выдвинул теорию, что когда «Я» только формируется, оно регулируется исключительно организмическим оценочным процессом. Иначе говоря, младенец или ребенок оценивает каждое новое переживание с позиции того, способствует оно или препятствует его врожденной тенденции актуализации. Например, голод, жажда, холод, боль и неожиданный громкий шум оцениваются негативно, так как мешают поддержанию биологической целостности. Пища, вода, безопасность и любовь оцениваются позитивно, так как они способствуют росту и развитию организма. В некотором смысле организмический оценочный процесс является контролирующей системой, которая способствует правильному удовлетворению потребностей младенца. Младенец оценивает свои переживания в соответствии с тем, нравятся они ему или не нравятся, доставляют ему удовольствие или нет и так далее. Такое оценивание проистекает из его спонтанной реакции на непосредственные переживания, будь то сенсорные, висцеральные или эмоциональные стимулы.

Структура «Я» впоследствии формируется через взаимодействие с окружением, в частности, со значимыми другими (например, родители, братья и сестры, другие родственники). Иначе говоря, по мере того, как ребенок становится социально восприимчивым и развиваются его когнитивные и перцептивные способности, его Я-концепция все больше дифференцируется и усложняется. Следовательно, в значительной степени содержание Я-концепции является продуктом процесса социализации. И отсюда вытекают условия, важные для развития Я-концепции.

Потребность в позитивном внимании. По Роджерсу, для любого человека важно, чтобы его любили и принимали другие. Эта *потребность в позитивном внимании*, которая, по мнению Роджерса, универсальна, развивается как осознание возникновения «Я», она всепроникающа и устойчива. Впервые она проявляется как потребность младенца в любви и заботе, а впоследствии она выражает себя в удовлетворении человека, когда его одобряют другие, и фрустрации, когда им



Я-концепция формируется посредством взаимодействия со значимыми другими. (Spencer Grent/Photo Researchers)

недовольны. Роджерс указывал, что позитивное внимание является либо приобретаемым, либо врожденным, но, хотя он предпочитал первое объяснение (то есть полагал, что это вторичный, приобретенный мотив), он не считал происхождение этого мотива существенным для своей теории. Интересным аспектом позитивного внимания является его двойная природа — если человек считает, что он удовлетворяет потребность позитивного внимания у других людей, то он непременно чувствует удовлетворение своей собственной потребности.

С точки зрения Роджерса, ребенок сделает почти все, даже пожертвует организмическим оценочным процессом, чтобы удовлетворить потребность позитивного внимания. Например, если родитель настаивает, чтобы ребенок вел себя как «хороший мальчик», а то его не будут любить, он будет оценивать переживания с позиции родительского образа «хорошего поведения», а не в терминах своей собственной организмической реакции. Вместо того, чтобы узнать, что почувствуешь, если скажешь «гадкое» слово, положишь лягушку в кровать сестры или украдешь игрушку у приятеля, ребенок сразу определяет подобное поведение как «плохое» и отказывается от него. Таким образом, поведение ребенка управляется не вероятностью того, что его переживания сохранят или интенсифицируют его Я-концепцию, а вероятностью получить позитивное внимание от значимых для него людей. Роджерс считает это состояние несоответствия «Я» и опыта наиболее серьезным препятствием в развитии психологической зрелости.

Роджерс также предположил, что людям необходимо позитивно рассматривать себя. Потребность в *позитивном внимании к себе* — это приобретенная потребность, которая появляется при сравнении своих переживаний с удовлетво-

рением или неудовлетворением потребности к позитивному вниманию. Иначе говоря, позитивное внимание к себе соотносится с удовлетворением при одобрении и неудовлетворением при неодобрении себя. Как будто Я-структура стала для самой себя «значимым социальным другим». Развитие позитивного внимания к себе гарантирует, что человек будет стремиться действовать так, чтобы и другие, и он сам одобрительно отзывались о его поступках. Следовательно, человек вряд ли поведет себя не в соответствии с Я-концепцией, так как это не будет удовлетворять потребность в позитивном внимании к себе.

Условия ценности. Учитывая тот факт, что у детей есть непреодолимая потребность в позитивном внимании, неудивительно, что они очень впечатлительны и подвержены влиянию значимых для них людей. Говоря точнее, для процесса социализации типично, что дети учатся тому, что какие-то вещи можно делать, а какие-то нет. Чаще всего родители позитивно относятся к желаемому поведению ребенка. То есть если дети ведут себя желаемым образом, у них появляется опыт позитивного внимания, в противном случае он отсутствует. Таким образом создается то, что Роджерс назвал *обусловленное позитивное внимание,* или *условия ценности*, которые уточняют обстоятельства, при которых дети будут переживать позитивное внимание. Условия могут быть очень разнообразными в разных ситуациях, но основной принцип сохраняется: «Я буду любить, уважать и принимать тебя только в том случае, если ты будешь таким, каким я хочу тебя видеть». Обусловленное позитивное внимание означает, что дети получают похвалу, внимание, одобрение и другие формы поощрений за поведение, которого от них ожидают значимые другие, особенно родители. Фактически с годами приобретая опыт, дети запоминают, что если их действия одобряются родителями, то их будут хвалить и любить. И наоборот, если они будут действовать неправильно или неприемлемо с точки зрения родителей, то их не будут ценить и любить.

Пример обусловленного позитивного внимания: отец говорит сыну, что если он закончит полугодие на одни пятерки, то не только получит больше денег на карманные расходы, но также будет освобожден от обязанности мыть автомобиль и подстригать траву. Обусловленное позитивное внимание также прослеживается во многих других видах человеческих взаимоотношений, когда кого-либо лишают одобрения и поддержки или дают их. Учителя средней школы часто награждают ученика, который был наиболее внимательным или работоспособным в классе, золотой звездой (прикрепляя ее к классной доске объявлений, чтобы все видели). Президент колледжа продвигает или не продвигает по службе сотрудников факультета, основываясь на качестве их преподавательской или научной деятельности. В каждом примере то, как человек оценивает свою ценность (самоуважение), зависит от выполнения требований, предъявляемых ему другими. Такое обусловленное позитивное внимание со стороны других людей приводит к тому, что человек в одних отношениях чувствует свою ценность, а в других — нет.

Роджерс утверждал, что условие ценности по отношению к ребенку *причиняет ущерб* его становлению как полностью функционирующего человека по той причине, что ребенок пытается соответствовать стандартам других, а не определить для себя, кем он хочет быть, и добиваться этого. В таких условиях ребенок начинает оценивать себя как личность (что ценно, а что не представляет ценности для него) только с точки зрения ценности тех действий, мыслей и чувств, которые получают одобрение и поддержку. Ребенок чувствует, что в каком-то отношении

его ценят, а в каком-то нет. Этот процесс приводит к Я-концепции, которая находится в полном несоответствии с организмическим опытом и, следовательно, не служит прочной основой для развития здоровой личности.

По Роджерсу, условия ценности действуют подобно слепому на лошади, отсекая часть доступного опыта. Люди с условиями ценности должны ограничивать свое поведение и искажать реальность, потому что даже просто осознанные мысли о запрещенном поведении могут быть столь же угрожающими, как и его проявление. В результате этой защиты такие люди не могут взаимодействовать полно и открыто с окружением. Например, ребенку, который на организмическом уровне боится нырнуть с вышки, сверстники могут сказать: «Не будь „девчонкой“. Иди и прыгни». Тогда ребенок может скрыть страх, чтобы получить похвалу от сверстников.

Безусловное позитивное внимание. Хотя очевидно, что никто не может полностью быть свободным от условий ценности, Роджерс полагал, что можно дать или получить позитивное внимание независимо от ценности конкретного поведения человека. Это означает, что человека принимают и уважают за то, какой он есть, без каких-либо «если», «и» или «но». Такое *безусловное позитивное внимание* можно наблюдать, когда мать отдает свое внимание и любовь сыну не потому, что он выполнил какое-то особое условие или оправдал какие-то ожидания, а просто потому, что это ее ребенок. Неважно, насколько предосудительными или невыносимыми могут быть поведение и чувства ее ребенка, она все же хвалит его и считает достойным любви.

По Роджерсу, единственный способ не вмешиваться в тенденцию актуализации ребенка — это дать ему безусловное позитивное внимание. Это означает, что ребенка любят и принимают без критики и оговорок. Роджерс утверждал, что если ребенок будет чувствовать только безусловное позитивное внимание, то:

> тогда не будут развиваться условия ценности, внимание к себе будет безусловным, потребности в позитивном внимании и внимании к себе будут психологически устанавливаться и полноценно функционировать [Rogers, 1959, p. 224].

С точки зрения Роджерса, в поведении ребенка нет ничего такого, что дало бы родителю повод сказать: «Если ты поступаешь так или чувствуешь так, то я больше не уважаю и не люблю тебя». Признаемся, что обычному родителю очень трудно придерживаться этого принципа, если трехгодовалый ребенок пинает ногами новый цветной телевизор. Однако — и это важно понять — безусловное позитивное внимание не означает буквально, что значимые другие должны прощать или одобрять все, что ребенок делает или говорит. Разумеется, ребенку не следует позволять делать все, что ему вздумается, не приучая его к дисциплине и не наказывая. Если бы это было так, немногие дети пережили бы детство, поскольку они были бы не защищены от реальных опасностей. В действительности это означает создание семейного окружения, в котором ребенка хвалят и признают именно за то, кем он является — растущим индивидом, который порой может быть несносным, но, тем не менее, любимым. Родители могут выразить ребенку свое неодобрение за определенные поступки — например, разбрасывание еды по обеденному столу, избиение младшей сестры или брата, пачкание краской только что отремонтированной стенки, дерганье собаки за хвост, — одновременно принимая факт того, что он хочет поступать именно



Дети, получающие безусловное позитивное внимание от других, начинают думать о себе одобрительно и чувствуют, что их принимают.
(Spencer Grant/The Picture Cube)

таким образом. Иначе говоря, Роджерс полагал, что наилучшей родительской стратегией в отношении ребенка, который ведет себя нежелательным образом, будет сказать ему: «Мы очень тебя любим, но то, что ты делаешь, огорчает нас, и поэтому лучше бы ты этого не делал». Ребенка всегда следует любить и уважать, но не следует терпеть его плохое поведение.

Можно видеть, что акцент Роджерса на безусловном позитивном внимании как на идеальном подходе к воспитанию ребенка не подразумевает отсутствие дисциплины, социальных ограничений или других форм контроля поведения. Подобный подход означает создание атмосферы, в которой ребенка ценят и любят просто за то, что он есть. Когда дети воспринимают себя так, что никакое самопереживание не является более или менее стоящим позитивного внимания, они переживают *безусловное позитивное внимание к себе.* Это, в свою очередь, позволяет им развивать свои собственные ценности и удовлетворение в соответствии с их реальными переживаниями, независимо от «одобрения» других. Хотя они осознают существование определенных ожиданий относительно того, что им «следует» делать, они будут доверять себе и своим суждениям, а не поддаваться требованиям, существующим вне их самих. Говоря коротко, Роджерс полагал, что воспитание детей с безусловным позитивным вниманием обеспечивает основу для их становления как полноценно функционирующих взрослых. Безусловное позитивное внимание к себе раскрывает естественную тенденцию самоактуализации, присутствующую в каждом человеке.

Переживание угрозы и процесс защиты

Роджерс утверждал, что по большей части поведение человека согласуется с его Я-концепцией. Другими словами, человек стремится сохранить состояние согласованности самовосприятия и переживания. Отсюда следует логический вывод, что

18 Зак. 1212

переживания, находящиеся в соответствии с Я-концепцией человека и его условиями ценности, могут осознаваться и точно восприниматься. И наоборот, переживания, находящиеся в конфликте с «Я» и его условиями ценности, образуют угрозу Я-концепции; они не допускаются к осознанию и точному восприятию. Следует отметить, что человеческая концепция себя является критерием, по которому переживания сравниваются и либо символизируются в осознании, либо символизация отрицается.

Предположим, родители убедили молодого человека в том, что вступать в половые отношения до брака — грех. Однако посещая колледж, он обнаружил установки и ценности, которые одобряют интимные отношения, особенно если между людьми существует настоящая любовь. Он остается верным привитым ему ценностям, но почти готов жениться на женщине, для которой интимность не является нравственной дилеммой при условии, что она и молодой человек чувствуют глубокую привязанность друг к другу. Он уступает, но на эмоциональном уровне эти переживания для него весьма мучительны. По Роджерсу, этот опыт является прямым насилием над образом его «Я» — он считает, что подобное поведение для него безнравственно и совершенно не согласуется с тем, какой он есть в действительности. Следовательно, половые отношения при таких обстоятельствах представляют для него угрозу. Они просто не вписываются в его Я-концепцию.

В теории Роджерса *угроза* существует, когда люди осознают несоответствие между Я-концепцией (и связанными с ней условиями ценности) и каким-то аспектом актуального переживания. Переживания, не соответствующие Я-концепции, воспринимаются как угрожающие; они не допускаются к осознанию, поскольку в противном случае личность индивида не будет единым целым. Так, если человек считает себя честным, но совершит какой-то нечестный поступок, он будет ощущать угрозу. В предыдущем примере молодой человек, считающий, что не следует вступать в интимные отношения до брака, но все же сделавший это, также находится в состоянии угрозы. Реакцией человека на состояние несоответствия Я-концепции обычно бывает напряжение, замешательство и чувство вины.

Несоответствие между «Я» и переживанием не всегда воспринимается на сознательном уровне. Роджерс постулирует, что весьма вероятна ситуация, когда человек чувствует угрозу, не осознавая этого. Когда существует несоответствие между Я-концепцией и переживанием, и человек не осознает этого, он потенциально уязвим для тревоги и личностных расстройств. *Тревога,* таким образом, является эмоциональной реакцией на угрозу, которая сигнализирует, что организованная Я-структура испытывает опасность дезорганизации, если несоответствие между ней и угрожающим переживанием достигнет осознания. Тревожный человек — это человек, который смутно сознает, что признание или символизация определенных переживаний приведет к радикальному изменению его теперешнего образа «Я». Таким образом, осознание глубокого чувства агрессии и враждебности потребует значительной реорганизации Я-концепции человека, который считает себя любящим и мягким. Этот человек будет испытывать тревогу всякий раз, когда почувствует и осознает свои гнев и враждебность.

По Роджерсу, если человеку долгое время ничто не угрожает, он открыт для переживаний и ему не нужно защищаться. Однако, когда он осознает или ощущает на подсознательном уровне, что переживание не согласуется с Я-концепцией, воз-

никает угроза, за которой, в свою очередь, следует защитная реакция. Роджерс определил *защиту* как поведенческую реакцию организма на угрозу, главная цель которой — сохранить целостность Я-структуры: «Эта цель достигается осознанным искажением переживания в сознании, чтобы уменьшить несоответствие между переживанием и структурой „Я", или отрицанием любого переживания, и, таким образом, любой угрозы „Я"» [Rogers, 1959, p. 204–205]. Иначе говоря, защита усиливает самоуважение человека и защищает его от надвигающейся опасности угрожающих переживаний.

Механизмы защиты. Роджерс предложил только два механизма защиты, которые используются для сведения к минимуму осознания несоответствия внутри «Я» или между «Я» и переживанием: *искажение восприятия* и *отрицание*. Следует отметить, что угрожающее переживание, по Роджерсу, не допускается к символизации в сознании не потому, что оно «грешно» или противоречит нравственным нормам, как полагал Фрейд. Его символизация в сознании отрицается, потому что оно несовместимо с Я-структурой. Следовательно, защитное поведение сохраняет существующую структуру «Я» и не позволяет человеку потерять самоуважение.

Искажение восприятия имеет место, когда несоответствующее переживание допускается в сознание, но только в форме, которая делает его совместимым с каким-то аспектом Я-образа человека. Предположим, студент колледжа считает себя способным человеком, но вдруг получает, совершенно заслуженно, двойку на экзамене. Он может сохранить свою Я-концепцию, исказив символизированную концептуализацию этой неудачи объяснением: «Профессор несправедливо ставит оценки» или «Мне не повезло». Роджерс иногда объясняет такое выборочное восприятие, или искажение, как *рационализацию*. В этом примере переживание воспринимается сознанием, но его истинный смысл остается непонятым. В случае отрицания, менее часто встречаемой защитной реакции, человек сохраняет целостность своей Я-структуры, полностью уходя от осознания угрожающих переживаний. Фактически отрицание встречается всякий раз, когда человек отказывается признаться себе, что переживание в принципе имело место. Примером, знакомым многим по курсовым экзаменам, является студент, который неоднократно «заваливал» промежуточные экзамены, но появляется утром перед заключительным экзаменом и просит, чтобы ему зачли курс. Студент отрицает очевидность того, что чисто математически нельзя зачесть ему курс, так как это не сочетается с его Я-концепцией. Ясно, что если отрицание доведено до крайности, могут иметь место психологические последствия более тяжелые, чем несданный экзамен. Роджерс указывал, что отрицание может привести к паранойе, бреду и ко множеству других психических расстройств.

Психические расстройства и психопатология

До сих пор в нашем освещении теории личности Роджерса мы описывали понятия, применяемые в большей или меньшей степени к каждому. Даже самый психически здоровый человек иногда сталкивается с переживанием, которое угрожает его Я-концепции, и бывает вынужден ложно истолковать или отрицать переживание. Аналогично, большинство людей обладают адекватной защитой,

позволяющей справляться с умеренным уровнем тревоги и поступать так, чтобы свести ее к минимуму. Однако, когда переживания совершенно не согласуются с Я-структурой, или когда несогласующиеся переживания часто встречаются, человек испытывает сильную тревогу, которая может серьезно нарушить повседневный порядок. Человека в таком состоянии обычно называют «невротиком» (хотя сам Роджерс избегал использовать подобные диагностические ярлыки). В подобных случаях уровень внутреннего дискомфорта человека таков, что он, вероятно, нуждается в помощи психотерапевта. Тем не менее, защита невротика все же отчасти может предотвратить символизацию угрожающих переживаний в сознании. В результате Я-структура невротика остается почти невредимой, однако такой человек не может сознательно оценить неустойчивость своего состояния; он очень уязвим в психологическом смысле.

По Роджерсу, если между «Я» и текущими переживаниями существует значительное несоответствие, то защита «Я» может стать неэффективной. В таком «беззащитном» состоянии несоответствующие переживания точно символизируются в сознании, и Я-концепция человека разрушается. Таким образом, личностные расстройства и психопатология появляются, когда «Я» не может защитить себя от натиска угрожающих переживаний. Людей с такими расстройствами обычно называют «психотиками». Их поведение для объективного наблюдателя кажется странным, нелогичным или «безумным». Роджерс полагал, что психотическое поведение часто соответствует отрицаемым аспектам переживания, а не Я-концепции. Например, человек, который строго контролирует агрессивные импульсы, отрицая, что они являются частью его Я-образа, может вести себя явно угрожающе по отношению к тем, с кем сталкивается в реальности в психотическом состоянии. Иррациональное и саморазрушительное поведение часто связано с психозом.

Роджерс предположил, что личностные расстройства могут проявляться либо неожиданно, либо постепенно на протяжении большого периода времени. В любом случае, как только появляется серьезное несоответствие между «Я» и переживанием, защита человека перестает работать адекватно, и ранее целостная Я-структура разрушается. Когда это происходит, человек становится крайне уязвимым для тревоги и угрозы и ведет себя непонятно не только для других, но и для самого себя. Фактически Роджерс считал расстройства поведения результатом несоответствия между «Я» и переживанием. Значительность несоответствия между осознанным «Я» и переживанием определяет тяжесть психологической дизадаптации.

ПОЛНОЦЕННО ФУНКЦИОНИРУЮЩИЙ ЧЕЛОВЕК

Как и большинство персонологов, ориентированных на терапию, Роджерс [Rogers, 1980] высказывал определенные идеи о конкретных личностных характеристиках, которые определяют «хорошую жизнь». Такие представления были большей частью основаны на опыте его работы с людьми, решающими жизненные проблемы в соответствии с организмическим оценочным процессом, а не с условиями ценности.

Роджерс начинает рассматривать хорошую жизнь с оценки того, чем она не является. А именно, хорошая жизнь — это не фиксированное состояние бытия

(то есть не состояние добродетели, удовлетворенности, счастья) и не состояние, в котором человек чувствует себя адаптированным, совершенным или актуализированным. Используя психологическую терминологию, это и не состояние уменьшения напряжения или гомеостаза. Хорошая жизнь — это не конечный пункт, а направление, в котором человек движется, следуя своей истинной природе.

«Полноценно функционирующий» — это термин, используемый Роджерсом, для обозначения людей, которые используют свои способности и таланты, реализуют свой потенциал и движутся к полному познанию себя и сферы своих переживаний. Роджерс установил пять основных личностных характеристик, общих для полноценно функционирующих людей [Rogers, 1961]. Ниже мы перечислим и кратко обсудим их.

1. Первая и главная характеристика полноценно функционирующего человека — это ***открытость переживанию.*** Открытость переживанию полярно противоположна беззащитности. Люди, полностью открытые переживанию, способны слушать себя, чувствовать всю сферу висцеральных, сенсорных, эмоциональных и когнитивных переживаний в себе, не испытывая угрозы. Они тонко осознают свои самые глубокие мысли и чувства; они не пытаются подавить их; часто действуют в соответствии с ними; и даже действуя не в соответствии с ними, они способны осознать их. Фактически все переживания, будь то внутренние или внешние, точно символизированы в их сознании, не искажаясь и не отрицаясь.

Например, полноценно функционирующий человек может, слушая скучную лекцию, вдруг почувствовать желание публично упрекнуть профессора в том, что он такой скучный. Если у него есть хоть капля здравого смысла, он подавит в себе это желание — подобная выходка сорвет занятия и в конечном итоге не будет способствовать его тенденции актуализации. Но дело в том, что это чувство не будет представлять для него угрозу, поскольку у него нет внутренних барьеров или тормоза, мешающих сознательному восприятию своих чувств. Полноценно функционирующий человек достаточно благоразумен, чтобы осознавать свои чувства и действовать рассудительно в любой данный момент времени. Если он что-то чувствует, это еще не значит, что он будет поступать сообразно этому чувству. В приведенном примере человек, вероятно, осознает, что не следует поддаваться своему желанию, поскольку это причинит вред ему и другим (в частности, профессору, который, сам того не зная, стал «мишенью»), и поэтому откажется от этой мысли и переключит свое внимание на другое. Следовательно, для полноценно функционирующего человека нет внутреннего переживания или эмоции, которые угрожали бы ощущению собственной правоты — он действительно *открыт* для всех возможностей.

2. Вторая характеристика оптимально функционирующего человека, отмеченная Роджерсом, — *экзистенциальный образ жизни.* Это тенденция жить полно и насыщенно в каждый момент существования, так чтобы каждое переживание воспринималось как свежее и уникальное, отличное от того, что было ранее. Таким образом, согласно Роджерсу [Rogers, 1961], то, чем человек является или каким он будет в следующий момент, проистекает из данного момента, независимо от прежних ожиданий. Экзистенциальный образ жизни предполагает, что скорее «Я» человека и его личность проистекают из переживания, а не переживание преобразовывается, чтобы соответствовать какой-то заранее заданной

жесткой Я-структуре. Следовательно, люди, живущие хорошей жизнью, гибки, адаптивны, терпимы и непосредственны. Они открывают структуру своего опыта в процессе его переживания.

3. Третьей отличительной чертой полноценно функционирующего человека является то, что Роджерс назвал *организмическим доверием.* Это качество хорошей жизни лучше всего можно проиллюстрировать в контексте принятия решения. А именно, в выборе действий, предпринимаемых в какой-то ситуации, многие люди полагаются на социальные нормы, заложенные какой-то группой или институтом (например, церковью), на суждения других (от супруга и друга до ведущего телешоу) или на то, как они вели себя в подобных ситуациях раньше. Короче, на их способность принимать решение оказывают сильное, если не абсолютное, влияние внешние силы. И наоборот, полноценно функционирующие люди зависят от организмических переживаний, которые они рассматривают как достоверный источник информации, позволяющий решить, что следует или не следует делать. Как писал Роджерс: «Доказано, что внутренне ощущение типа „я поступаю правильно“ является значимым и заслуживающим доверия руководством для истинно хорошего поведения» [Rogers, 1961, p. 190]. Организмическое доверие, следовательно, означает способность человека принимать во внимание свои внутренние ощущения и рассматривать их как основу для выбора поведения.

4. Четвертой характеристикой полноценно функционирующего человека, отмеченной Роджерсом, является *эмпирическая свобода.* Этот аспект хорошей жизни заключается в том, что человек может свободно жить так, как хочет, без ограничений или запретов. Субъективная свобода — это чувство личной власти, способность делать выбор и руководить собой. В то же время Роджерс не отрицал, что на поведение человека влияют наследственно обусловленные факторы, социальные силы и прошлый опыт, которые фактически определяют сделанный выбор. Действительно, Роджерс строго придерживался положения о том, что понятие абсолютной свободы не применимо к объяснению возможностей выбора человека. В то же время, он считал, что полноценно функционирующие люди в состоянии делать свободный выбор, и что бы ни случилось с ними, это зависит исключительно от них самих. Эмпирическая свобода, следовательно, относится к внутреннему чувству: «Единственный, кто отвечает за мои собственные действия и их последствия — это я сам». Основываясь на этом чувстве свободы и силы, полноценно функционирующий человек имеет множество возможностей выбора в жизни и ощущает себя способным сделать практически все, что он хочет делать!

5. Последняя, пятая, характеристика, связанная с оптимальной психологической зрелостью, — *креативность.* Для Роджерса продукты творчества (идеи, проекты, действия) и творческий образ жизни появляются у человека, который живет хорошей жизнью. Творческие люди стремятся жить конструктивно и адаптивно в своей культуре, в то же время удовлетворяя собственные самые глубокие потребности. Они способны творчески, гибко приспосабливаться к изменяющимся условиям окружения. Однако, добавляет Роджерс, такие люди не обязательно полностью приспособлены к культуре и, почти несомненно, не являются конформистами. Их связь с обществом можно выразить так: они являются членами общества и его продуктами, но не его пленниками.

Роджерс пытался объединить эти качества *полноценно функционирующего человека* в целостную картину, когда писал:

Хорошая жизнь включает в себя более широкую сферу, большую ценность, чем ограниченный образ жизни, который ведет большинство из нас. Быть частью этого процесса значит погрузиться в часто пугающее и часто удовлетворяющее переживание более осознанного образа жизни с большим диапазоном, большим разнообразием, большим богатством.

Я полагаю, стало достаточно очевидным, почему для меня такие прилагательные, как счастливый, довольный, блаженный, приятный, оказываются не совсем подходящими к какому-то общему описанию процесса, который я назвал хорошей жизнью, хотя иногда человек испытывает эти чувства. Мне кажется, что больше подходят такие прилагательные, как обогащенный, волнующий, поощряемый, интересный, значимый. Хорошая жизнь, я уверен, не подходит для человека малодушного, она требует расширения и роста в направлении раскрытия собственного потенциала. Для этого необходимо мужество. Это означает, что нужно быть в потоке жизни [Rogers, 1961, p. 195–196].

Очевидно, что Роджерс, как до него Маслоу и, в некоторой степени, Олпорт, хотел, чтобы человек обращал взор к тому, чем он *может быть*. По Роджерсу, это означает жить насыщенно, полностью осознанно, полностью ощущать человеческое бытие — короче, «полноценно функционировать». Роджерс был уверен, что полноценно функционирующие люди будущего сделают очевидной и умножат присущую природе человека доброту, которая столь существенна для нашего выживания.

Теперь обратим наше внимание к основным положениям о природе человека, которые подчеркивают позитивный и оптимистичный взгляд Роджерса на человечество.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ РОДЖЕРСА ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Без сомнения, Скиннер и Карл Роджерс являются одними из самых влиятельных американских психологов нашего времени. У них обоих было много последователей. Как главные фигуры, символизирующие глубокий раскол в современной американской психологии на бихевиоризм и феноменологию, Скиннер и Роджерс расходились по многим важным вопросам, но нигде различие не было столь глубоким, как в их точке зрения на человеческую природу. Это различие с наибольшей очевидностью проявляется в их основных положениях, касающихся природы людей. Если вы сравните основные положения Роджерса (представленные на рис. 11–1) с положениями, которых придерживался Скиннер, вы обнаружите, что практически по каждому пункту их позиции *диаметрально противоположны.*

Свобода—детерминизм. Обсуждая свое несогласие с бихевиоральной психологией вообще и со Скиннером в частности, Роджерс [Rogers, 1947] замечал, что клинический опыт убедил его в невозможности отрицания реальности и значимости выбора человека. На протяжении многих лет он наблюдал различных людей в ходе индивидуальной терапии и в группах встреч. Все эти люди стремились к личностному росту и, оказываясь перед лицом трудных жизненных решений, в конечном итоге принимали свои решения. Выбор, который делает человек, даже

	Сильная	Умеренная	Слабая	Средняя	Слабая	Умеренная	Сильная	
Свобода	■							Детерминизм
Рациональность	■							Иррациональность
Холизм	■							Элементализм
Конституционализм		■						Инвайронментализм
Изменяемость	■							Неизменность
Субъективность	■							Объективность
Проактивность	■							Реактивность
Гомеостаз							■	Гетеростаз
Познаваемость							■	Непознаваемость

Рис. 11–1. *Позиция Роджерса по девяти основным положениям, касающимся природы человека.*

в большей степени, чем признает экзистенциальная философия, определяет, в каком направлении пойдет развитие его личности. Следовательно, Роджерс не сомневается, что люди могут делать свободный выбор и играть активную роль в формировании своей жизни.

В теории Роджерса свобода рассматривается как составная часть тенденции актуализации. Для этой тенденции естествен уход от контроля внешних подкреплений к внутреннему контролю и автономному поведению [Rogers, 1980]. То есть чем активнее может действовать тенденция актуализации, тем у человека:

- выше вероятность преодоления «условий ценности», заложенных в ранние годы жизни;
- больше осознанности и открытости для внутренних и внешних переживаний;
- больше свободы в формировании себя и своей жизни.

Тенденция актуализации максимально эффективна у «полноценно функционирующих людей», которых, как уже было сказано, можно описать в терминах эмпирической свободы, организмического доверия и экзистенциального образа жизни. Именно у них человеческая свобода достигает своего пика; эти люди знают, что они свободны, считают себя первоисточником этой свободы и действительно «живут» ею в каждый момент времени. Роджерс всецело привержен положению свободы на индивидуальном уровне. Он признавал за наукой право предполагать определенный детерминизм, но настаивал на том, что нельзя отрицать существование осознанного выбора.

Рациональность—иррациональность. Основной предпосылкой теории Роджерса является то, что человек рационален. Абсурдность многих его поступков, столь очевидная в повседневной жизни (например, убийства, изнасилования, жестокое обращение с детьми, войны), проистекает из-за того, что человечество пребывает «не в согласии» со своей истинной внутренней природой. Также, как в случае со свободой, истинная рациональность человеческого рода будет проявлять себя, когда тенденция актуализации, являющаяся побудительной силой жизни

каждого его представителя, станет действенной. Когда социальные условия позволят людям вести себя в соответствии с их истинной природой, рациональность будет руководить их поведением.

Как Роджерс пояснил в опубликованном интервью с Уиллардом Фриком [Frick, 1971], свобода, рациональность и тенденция актуализации сложно переплетены в его представлении человечества. Когда тенденция актуализации имеет возможность проявиться, поведение человека является значительно более свободным и осознанным. В идеальной ситуации поведение человека «исключительно рационально, неуклонно движется по направлению к целям, которых организм стремится достичь» [Роджерс, 1961, р. 195]. Такая концепция человека была бы невозможной без твердого следования положению рациональности.

Холизм—элементализм. Роджерс был весьма привержен пониманию и изучению человека как гештальта, или единого целого. Действительно, холистический акцент очевиден во всех его рассуждениях. Но, возможно, наиболее очевиден он в его центральном теоретическом конструкте — самости. Чтобы теоретик исходил из такого глобального, всеобъемлющего единого конструкта при объяснении поведения, необходимо как минимум полностью принимать положение холизма.

Более того, в системе Роджерса самость постоянно движется в направлении все большей целостности. Именно с этой позиции Роджерс объясняет развитие человека, которое начинается с недифференцированного феноменологического поля младенца, продолжается неослабно, пока это поле не становится разделенным на «Я» и окружение (возникает Я-концепция), и достигает наивысшего развития в усилиях организма достичь единства «Я» и согласованности с собой [Rogers, 1963]. Следовательно, если человек здоров, он всегда движется к все большей целостности и единству. Холизм — основной тезис, обычно встречаемый у гуманистически ориентированных персонологов; теория Роджерса ясно выражает этот принцип.

Конституционализм—инвайронментализм. Теория Роджерса показывает умеренную приверженность конституционализму в самом широком смысле: при тщательном изучении его теоретических трудов поражаешься частому употреблению таких словосочетаний, как «природа человека», «истинное „Я“ человека», «врожденный потенциал человека», которые подразумевают биологическую основу человеческого развития и личности. Это конституциональное научение, возможно, является наиболее очевидным в роджерсовской концепции тенденции актуализации. Не нужно забывать, что мотив достижения совершенства в жизни основывается на физиологических процессах и является биологическим фактом жизни. Описание унитарного мотива, лежащего в основе всей деятельности человека, в таких терминах четко отражает положение конституционализма.

Но это не все. Так как «Я» появляется в ранней жизни, на него существенно влияют переменные окружения. «Безусловное позитивное внимание» от других, составляющих окружение, способствует здоровому саморазвитию; навязывание «условий ценности» препятствует ему. Следовательно, возникновение Я-концепции у человека затруднено влиянием окружения. Поэтому теория Роджерса никоим образом не лишена положения инвайронментализма.

Все же, чтобы увидеть положение конституционализма—инвайронментализма в правильном свете, необходимо рассмотреть его связь с положениями свободы

и рациональности. Как указывалось в главе 1, девять основных положений не являются полностью взаимозависимыми; то же самое верно и для позиции любого теоретика. Роджерс понимал, что люди — единственные создания, которые реально могут осознать свое прошлое и настоящее, получая таким образом возможность выбирать свое будущее [Frick, 1971]. Поскольку люди по природе рациональны и свободны, они могут как-то преодолеть влияния — конституциональные и, в особенности, окружения, посягающие на их развитие. Короче говоря, убеждение Роджерса, что люди формируют собственную судьбу, сдерживает действие положения конституционализм—инвайронментализм.

Изменяемость—неизменность. Отчетливым признаком приверженности персонолога положению изменяемости является акцент на постоянном личностном росте в его теории. Теория Роджерса как раз демонстрирует такой акцент в концепции тенденции актуализации. С помощью тенденции актуализации все люди, а также все другие живые организмы описываются как беспрестанно растущие, развертывающие свой врожденный потенциал и изменяющиеся в этом процессе. Личностные изменения являются составной частью того, что в теоретической системе Роджерса подразумевается под человеческим бытием.

Наличие возможности для личностных изменений становится еще более очевидным, если мы вновь рассмотрим взаимодействие тенденции актуализации со свободой и рациональностью в феноменологической теории. По Роджерсу, по мере того, как человек взрослеет, он становится все более свободным и рациональным. Следовательно, в значительной степени человек может решать, каким он намеревается стать в будущем. Все это ясно говорит о том, что люди могут значительно меняться в течение жизни. Приверженность Роджерса положению изменяемости бесспорно является очень сильной.

Субъективность—объективность. Субъективность является ключевым положением в теории Роджерса. Вся феноменологическая теория сформировалась непосредственно на основе этого положения. По Роджерсу, каждый человек живет в мире богатых, вечно меняющихся, личных, субъективных переживаний, в котором он занимает центральное место. Каждый человек воспринимает мир субъективно и соответственно этому реагирует. В основе системы восприятия лежит Я-концепция. Следовательно, по Роджерсу, поведение человека всегда будет недоступно для понимания без ссылки на личный мир переживаний. В противовес Скиннеру и современному бихевиоризму Роджерс настаивал на том, что мы никогда адекватно не сможем объяснить действия человека, если будем изучать только объективные условия окружения. Мы должны *всегда рассматривать внутреннюю сущность человека* и пытаться увидеть мир его глазами, чтобы понять поведение. Субъективность является сущностью феноменологической позиции, и приверженность Роджерса этому положению чрезвычайно сильна.

Проактивность—реактивность. Роджерс утверждал, что поведение человека целенаправленно, устремлено вперед и ориентировано на будущее. Человек сам выстраивает свое поведение и поэтому он в высшей степени проактивен. В теории Роджерса проактивность человека становится еще более очевидной, когда мы рассматриваем энергетический источник поведения всех людей — тенденцию актуализации. Так как этот мотив достижения совершенства присущ всему живому, человечество всегда движется вперед, растет, словом, «проактивируется».

Хотя Роджерс признавал, что необходима какая-то внешняя стимуляция для развертывания самоактуализации, внешние стимулы в его теории являются тем, с чем врожденная тенденция актуализации взаимодействует, а не тем, что ее обуславливает. В самом прямом смысле человек психологически потребляет внешние стимулы, а не просто реагирует на них. Учебная аудитория является в данном случае хорошим примером. С точки зрения Роджерса, научение человека не является просто прямой функцией того, чему «научают» (то есть реакцией на внешние стимулы) [Rogers, 1969]. Но люди могут получить пользу от аудиторного обучения: у них есть врожденная способность расти и расширять свои горизонты (тенденция актуализации), и хороший курс может способствовать росту, побуждая их двигаться в направлениях, которые они, возможно, еще не рассматривали. Следовательно, в теории Роджерса внешние стимулы поддерживают рост человека и дают ему пищу, но единственной движущей силой поведения является тенденция актуализации — внешняя стимуляция не побуждает человека к деятельности. Эта точка зрения отражает сильную приверженность Роджерса положению проактивности.

Гомеостаз—гетеростаз. Поскольку это положение касается мотивационного аспекта, нам необходимо вернуться к единственному динамическому конструкту Роджерса, чтобы определить его позицию по этому поводу. Этот конструкт — тенденция актуализации — несомненно, является гетеростатической концепцией.

Как вы могли убедиться, тенденция актуализации всегда направлена к росту, интенсификации и самореализации человека. Побуждения, которые другие теоретики считают гомеостатическими (например, голод, секс и компетенция), в теории Роджерса относятся к категории гетеростатического мотива достижения совершенства. Более того, тенденция актуализации цветет пышным цветом при увеличении напряжения, а не при его уменьшении. Естественным образом люди стремятся к стимуляции, к риску и новым возможностям для личностного роста. Данное положение находит наивысшее выражение в формулировке Роджерсом понятия «хорошей жизни». Вспомним, что он описывал ее как направление, а не как конечную точку. Следовательно, полноценно функционирующий человек всегда стремится к движению, расширению, всегда ищет возможности для актуализации своего потенциала. Приверженность гетеростатическому положению у Роджерса чрезвычайно сильна.

Познаваемость—непознаваемость. Феноменологическая позиция Роджерса недвусмысленно предполагает, что человек непознаваем в традиционном научном смысле. Как уже отмечалось, положение субъективности является философской сущностью феноменологического направления. Субъективность означает, что каждый человек живет в личном мире переживаний, которые только он имеет возможность адекватно трактовать. Следовательно, нельзя ожидать, что психологическая наука в один прекрасный день полностью поймет тот предмет, который она исследует, а именно человека.

Роджерс безусловно обращался к этому вопросу, в котором, вероятно, наиболее точно представлена его теория [Rogers, 1959]. Хотя он допускал, что может существовать такая вещь, как «объективная истина» или «реальность», он также настаивал на том, что никто не сможет достичь ее, потому что каждый из нас живет в мире личных, субъективных переживаний. Роджерс писал: «Следовательно, нет

такой вещи, как Научное Знание, есть только индивидуальное восприятие того, что для каждого человека представляется таким знанием» [Rogers, 1959, p. 192]. Если такой вещи, как научное знание, в принципе нет, можно смело сказать, что природа человека никогда не будет понята с научных позиций.

Тогда что же, с точки зрения Роджерса, является целью психологического исследования? Возможно, его ответ объясняет, почему комитет по наградам за научные заслуги Американской психологической ассоциации удостоил его титула «уважаемый надоеда», и почему он с готовностью принял его. В течение всей научной карьеры Роджерс выступал против традиционных основ научной психологии (например, против структуры и негуманной природы образования в этой области); первым провел научные исследования в сфере субъективных переживаний (например, исследования по психотерапии) и вообще делал все возможное, чтобы расширить диапазон научных концепций и методологии для наиболее полного включения принципа субъективности. Хотя, несомненно, его усилия не прошли даром, однако, читая его труды, неизбежно приходишь к выводу, что он больше узнал о *переживаниях человека* и поведении от своих многочисленных клиентов, а не из психологической литературы или эмпирических исследований. Роджерс писал: «Я никогда не учился чему-нибудь по исследовательским работам... Я не настоящий ученый. Большинство моих работ призваны были подтвердить то, что я уже признавал как истину» [Bergin, Strupp, 1972, p. 314].

В следующем разделе представлены данные, полученные на основе эмпирических исследований, вызванных к жизни феноменологической теорией личности Роджерса.

ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИЙ ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ

Теория Роджерса имеет отношение не только к проблеме личности, но также к психотерапии и изменению поведения человека. Практически все эмпирические исследования, которые проводил Роджерс, были нацелены на разъяснение и понимание природы терапевтического процесса, условий, которые способствуют росту личности, и эффективности терапии в достижении стабильных поведенческих изменений. Психотерапевтические исследования косвенно позволили получить многочисленные данные, касающиеся Я-концепции и ее влияния на психологическую адаптацию человека. Это и понятно, так как концепция самости является основным положением теории Роджерса. Именно благодаря Роджерсу психотерапия и природа «Я» стали важной областью исследований. В основном благодаря его усилиям, персонологи теперь признают самость как полезный конструкт, применимый для объяснения поведения человека [Markus, 1983; Markus, Nurius, 1986]. Еще важнее то, что формулировка Роджерсом феноменологической теории сделала самость объектом заслуживающих внимания эмпирических исследований [Suls, Greenwald, 1983]. В современной психологии именно Роджерс оказал огромное влияние на интеллектуальную атмосферу, в которой успешно развивались исследования, посвященные Я-структуре.

В этом разделе мы рассмотрим два направления, в которых осуществлялась проверка научной валидности концепций Роджерса. Однако сначала необходимо

познакомиться с точкой зрения Роджерса на психологическую науку и исследования, с его методом измерения Я-концепции и с исследовательской стратегией, которую он применял для изучения изменений Я-концепции в процессе терапии.

Точка зрения Роджерса на научные исследования

Роджерс был привержен феноменологии как основе для развития науки о человеке и как методу исследования эмпирической валидности теоретических концепций. Своей задачей феноменологический подход считает изучение и объяснение явлений, имеющих место в субъективном мире сознательных переживаний человека. Роджерс полагал, что такой метод обеспечит самую выгодную позицию для понимания сложных процессов, лежащих в основе человеческого поведения.

Роджерс считал, что наряду с экспериментальными исследованиями достоверным источником феноменологических данных являются клинические наблюдения, полученные, например, в ходе психотерапии. Такие клинические наблюдения, обычно представляющие собой отдельные выдержки из записанных на магнитофон интервью в клиент-центрированной терапии (иногда также снятых на видеопленку), позволили исследователям впервые изучить взаимодействие клиент—психотерапевт. Следует отметить, что Роджерс всегда заранее спрашивал разрешение клиента на запись или съемку и обнаружил, что это не мешает курсу терапии. В то же время он подчеркивал, что процесс научного исследования никогда не должен отклоняться от рамок ценностей и целей человека. «Наука существует только в людях. Каждый научный проект имеет свое творческое начало, свое течение и гипотетическое заключение в человеке или людях. Знание — даже научное знание — это то, что субъективно приемлемо» [Rogers, 1955, p. 274]. Роджерс распространял этот принцип на область науки. Он полагал, что поскольку наука сама является нейтральной, она никогда не обезличивает, не контролирует людей и не манипулирует ими. Это могут делать только сами люди. Следовательно, способ, каким используются научные открытия в персонологии, будет зависеть от *выбора ценности*, сделанного людьми.

Понимание науки Роджерсом диаметрально противоположно ее пониманию Скиннером и другими представителями бихевиорального направления. Взгляды этих двух выдающихся психологов на проблему научного контроля поведения человека были ясно сформулированы в дискуссии, проведенной перед съездом Американской психологической ассоциации в 1956 году. В ходе дискуссии Роджерс [Rogers, 1956] отметил, что и он, и Скиннер посвятили себя изучению поведения человека. Более того, оба согласны, что психологическая наука значительно продвинулась в объяснении поведения человека и разработала способы его прогноза и контроля. Однако Роджерсу казалось, что Скиннер переоценивает серьезность проблем, связанных с поведенческим контролем. По мнению Роджерса, заявление, что бихевиоральные принципы можно использовать в создании культуры, которая будет более эффективно удовлетворять потребности человека, вызывает ряд принципиальных вопросов. Кто кого будет контролировать? Кто будет контролировать контролирующих? В какой степени будет осуществляться поведенческий контроль? И какие формы поведения будут считаться желательными в обществе, организованном по Скиннеру? Тот факт, что ценности и субъективный выбор

неявно включены в рассмотрение такого рода вопросов, вызвал у Роджерса крайнее нежелание отдать неограниченную власть ученому-бихевиористу. По иронии судьбы, хотя Роджерс горячо верил в человечество, ему не хватало скиннеровской уверенности в ученом. Роджерс предположил, что науку можно использовать для создания открытого общества (в противовес закрытому скиннеровскому), в котором людям будет дана возможность развивать ценности ответственности, счастья, безопасности, продуктивности и креативности. Он утверждал, что персонологические исследования должны в конечном итоге решать вопросы, относящиеся к хорошей жизни и к тому, как ее достичь как можно большему числу людей.

Измерение Я-концепции: техника Q-сортировки

В начале 1950-х годов Уильям Стефенсон, в то время коллега Роджерса по Чикагскому университету, разработал метод, получивший название *техника Q-сортировки*, для исследования Я-концепции человека [Stephenson, 1953]. Роджерс вскоре признал потенциальную ценность работы Стефенсона для своих исследований по изменению восприятия себя в ходе психотерапии. Поэтому он заимствовал Q-сортировку и применял ее в качестве одного из основных исследовательских инструментов для сбора данных о терапевтическом улучшении.

Что представляет собой Q-сортировка? Хотя она обладает огромным количеством возможностей, в сущности это метод эмпирического определения того, каким человек представляет себя. Метод Q-сортировки очень прост. Испытуемому дают набор карточек, на каждой из которых напечатано утверждение или прилагательное, относящееся к какой-то личностной характеристике. Карточки могут содержать такие утверждения Я-эталона, как «Я эмоционально зрелый», «Я часто чувствую себя униженным», «Я умный», «Я люблю быть в одиночестве» или «Я презираю себя». Или же на них написано: «методичный», «агрессивный», «смышленый», «искренний». Задача испытуемого рассортировать карточки по категориям (обычно их семь) от тех прилагательных или утверждений, которые *больше всего подходят* к нему, до тех, которые *меньше всего подходят* к нему. Главной особенностью метода является то, что испытуемый должен рассортировать карточки в соответствии с заранее подготовленным или вынужденным распределением, то есть от него требуется расположить определенное число карточек в каждой определенной категории. Хотя число категорий меняется в разных исследованиях в соответствии с числом Q-карточек, вынужденное распределение обычно в среднем производится одинаково. Например, в распределении Q-сортировки, показанном в табл. 11–1, испытуемый сначала должен выбрать два утверждения, которые, как он считает, наилучшим образом его описывают, и поместить их в категорию семь. Затем он выбирает четыре утверждения, которые лучше описывают его, чем оставшиеся 36 (и хуже, чем два, помещенные в категорию семь), и помещает их в категорию шесть. Так продолжается до тех пор, пока он не поместит оставшиеся два утверждения, менее всего подходящие к нему, в категорию один. Как видно из примера, число карточек, помещенных в каждую категорию, симметрично уменьшается от центральной отметки, образуя нормальное распределение.

Следует отметить два дополнительных момента, относящихся к Q-сортировке. Первый: утверждения или прилагательные могут быть отобраны из многочислен-

Таблица 11–1. **Q-сортировка вынужденного выбора**

	Наименее подходят			Нейтральные			Наиболее подходят
Число утверждений	2	4	8	12	8	4	2
Номер категории	1	2	3	4	5	6	7

ных источников — не существует какого-то фиксированного набора стандартизованных данных Q-сортировки. Они могут быть сформулированы на основе определенной теории, из записанных терапевтических интервью или из личностных опросников. Второй: вынужденное нормальное распределение позволяет легко вычислить статистические результаты, так как средние значения и погрешности всегда постоянны по всем испытуемым. Вынужденное распределение также помогает контролировать наборы ответов, несмотря на существующие тенденции «среднего» или «экстремального» ранжирования. Напротив, Q-сортировку критиковали за принуждение испытуемых классифицировать утверждения так, что они могут не точно отражать их Я-концепцию. Например, даже если испытуемый чувствует, что большинство утверждений совсем не подходят ему, от него все же требуют рассортировать их по предписанным категориям. Другой испытуемый, хотя и чувствует, что большинство утверждений хорошо описывают его и не принадлежат средней категории, также вынужден следовать инструкциям.

Исследователи, пользующиеся этим методом, обычно предлагают испытуемым провести Q-сортировку утверждений дважды: один раз для *самоописания* и второй раз для *идеального самоописания.* Сначала испытуемого просят рассортировать карточки так, чтобы получилось описание его таким, каким он видит себя в настоящее время. Это так называемая *Я-сортировка*. Второй раз испытуемого просят использовать те же карточки для описания человека, каким он больше всего хотел бы быть. Эта вторая сортировка называется *идеал-сортировка.*

Данные Q-сортировки можно анализировать несколькими способами. Однако наиболее часто вычисляют коэффициент корреляции идеал-сортировки и Я-сортировки, определяя таким образом, насколько точно Я-образ испытуемого, или его осознанное «Я», соответствует его идеальному образу. По этой методике каждому утверждению Q-сортировки приписывают два номера, причем первый представляет номер категории для Я-сортировки, а второй — номер категории для идеал-сортировки. Потом для этих двух номеров рассчитывают корреляцию. Следовательно, коэффициент корреляции становится индексом степени соответствия или несоответствия между осознанным «Я» и Я-идеальным. Позитивная корреляция демонстрирует соответствие, а негативная корреляция — несоответствие между осознанным «Я» и Я-идеальным. Коэффициенты корреляции, незначительно отличающиеся от нуля, показывают отсутствие связи (сходства) между тем, как человек видит себя, и тем, каким он хотел бы быть.

Стратегия исследования, примененная Роджерсом и его сотрудниками для исследования психотерапевтических личностных изменений (то есть изменений в Я-образе клиента), очень проста. Клиенты неоднократно выполняют Я-сортировку и идеал-сортировку во время терапии, в конце терапии и, в некоторых случаях, во время посттерапевтических интервалов. Каждый раз подсчитывается коэффициент корреляции между двумя сортировками. Сравнивая корреляции между двумя сортировками, можно выделить закономерности постепенного изменения отношений между осознанным «Я» и Я-идеальным клиента в ходе терапии. Методология исследования также требует использования контрольной группы для демонстрации того, что обнаруженные изменения произошли благодаря терапии, а не просто с течением времени, вследствие знакомства с Q-сортировкой или из-за других посторонних влияний. Контрольную группу сопоставляют с испытуемыми-клиентами по таким демографическим переменным, как возраст, пол, образование и социоэкономический статус. Они выполняют Q-сортировки в те же промежутки времени, что и группа клиентов. Единственная разница между двумя группами та, что группа клиентов проходит курс лечения (клиент-центрированная терапия), а контрольная групппа — нет. Этот метод позволил Роджерсу валидизировать многие его теоретические представления, касающиеся личностного роста и изменений и терапевтических условий, которые вызывают их [Carkhuff, 1969].

Самовосприятие и психологическая адаптация

Как объяснялось ранее, Роджерс полагал, что психологическая дизадаптация происходит в результате несоответствия между Я-структурой и опытом. Другими словами, человек с психическим расстройством воспринимает себя и свои отношения с людьми и явлениями в своем окружении так, чтобы это соответствовало его Я-структуре. Поэтому он склонен к отрицанию или искажению любого переживания, которое противоречит его нынешнему Я-образу, так как его осознание вызовет тревогу, ощущение угрозы и расстройство. А психически здоровый человек стремится к реалистичному восприятию себя и своих отношений с другими людьми, то есть он старается видеть их такими, какими они представляются непредубежденному наблюдателю. Более того, здоровый человек открыт для переживания (то есть не защищается), принимает ответственность за собственное поведение и оценивает переживание с помощью своих чувств.

Случай с миссис Оук может продемонстрировать, как некоторые из этих теоретических утверждений были эмпирически проверены. До начала терапии миссис Оук (имя вымышлено), женщина под 40, была домохозяйкой, и у нее были трудности во взаимоотношениях с мужем и дочерью-подростком. Роджерс проводил многочисленные сеансы терапии с этой клиенткой в течение пяти месяцев [Rogers, 1954]. После этого был семимесячный перерыв в терапии, а затем сеансы были возобновлены и продолжались еще в течение двух месяцев. Несколько раз — до, во время и после терапии — миссис Оук выполняла Q-сортировку своего реального и идеального «Я».

Данные Q-сортировки показали, что в процессе терапии произошли значительные изменения в Я-концепции миссис Оук. А именно, описания ее Я-идеального в начале и в конце терапии показали более высокую корреляцию ($r = +0{,}72$),

чем описания реального «Я» в эти же два момента времени (r = +0,30). По Роджерсу, это означает, что реальное «Я» пациентки подверглось большему изменению вследствие терапии, чем ее Я-идеальное. Более того, корреляция между описаниями ее реального и идеального «Я» были значительно выше в конце терапии (r = +0,79), чем в начале (r = +0,21). Это указывало на то, что ее реальное «Я» более соответствовало Я-идеальному в конце терапии, чем в начале. И наконец, как ожидалось, соответствие между осознанным «Я» и Я-идеальным усилилось в процессе терапии, причем индексы корреляции с течением времени возрастали: r = +0,21, +0,47, +0,69, +0,71 и +0,79. Для Роджерса это означало, что миссис Оук стала больше походить на человека, которого она описывала как свой идеал.

Отмеченные изменения в размещении конкретных карточек Q-сортировки также показали, что в результате терапии миссис Оук переструктурировала свою Я-концепцию. До терапии она не чувствовала себя в безопасности, была дезорганизована, центрирована на себе и считала себя ответственной за свои проблемы. Двенадцать месяцев спустя, после терапии, она стала ощущать себя гораздо более уверенной в себе, эмоционально зрелой и спокойной. Выполненные самим Роджерсом Q-сортировки для миссис Оук также подтвердили эти изменения в ее восприятии себя. Далее следует сказать, что к тому времени, когда закончилась терапия, миссис Оук развелась с мужем, наладила отношения с дочерью и нашла работу.

Многие другие исследования так или иначе подтверждают предположение Роджерса, что несоответствие между осознанным «Я» и Я-идеальным свидетельствует о плохой психологической адаптации. Вообще, чем больше несогласованность или несоответствие между ними, тем выше степень тревоги, нестабильности, социальной незрелости и эмоциональных расстройств [Achenbach, Zigler, 1963; Higgins, 1987; Turner, Vanderlippe, 1958]. Более того, люди с сильным несоответствием между реальным и идеальным «Я» имеют более низкую степень самоактуализации, чем те, у кого это несоответствие невелико или вообще отсутствует [Mahoney, Hartnett, 1973].

Самопринятие и принятие других

Другая группа исследований, в основе которых лежат теоретические разработки Роджерса, касается предположения, что чем в большей степени человек принимает себя, тем выше вероятность, что он принимает других. Такая связь между самопринятием и принятием других основана на наблюдении, сделанном Роджерсом, что в начале терапии клиенты обычно имеют негативную Я-концепцию — они не способны принимать себя. Однако как только такие клиенты начинают больше принимать себя, они в большей степени начинают принимать и других. Иначе говоря, Роджерс предположил, что если самопринятие имеет место (то есть если несоответствие реального и идеального «Я» мало), то появляется чувство принятия, уважения и ценности других. Другие теоретики также предполагали, что отношение к себе отражается на отношении к другим. Эрих Фромм, например, утверждал, что любовь к себе и любовь к другим идут рука об руку [Fromm, 1956]. Далее он отмечал, что нелюбовь к себе сопровождается существенной враждебностью к другим.

Различные исследования, где в качестве испытуемых участвовали студенты колледжа или лица, получающие терапию, подтверждали связь между самопринятием

и принятием других [Berger, 1955; Suinn, 1961]. Что касается непосредственно самой теории Роджерса, данные показывают, что самопринятие и принятие других характеризует отношения родитель—ребенок. Куперсмит [Coopersmith, 1967], например, провел ретроспективное исследование развития самооценки у мальчиков 10–12 лет. Он обнаружил, что родители мальчиков с высокой самооценкой были более любящими и ласковыми и воспитывали своих сыновей, не прибегая к принудительным дисциплинарным мерам типа лишения удовольствий и изоляции. Далее, родители были демократичны в том смысле, что они считались с мнением ребенка при принятии семейных решений. И наоборот, оказалось, что родители мальчиков с низкой самооценкой были более отчужденными, менее радушными и, весьма вероятно, применяли физическое наказание за плохое поведение сыновей. Аналогичные данные были получены и применительно к девочкам и их родителям [Hales, 1967]. В другом исследовании проверялась гипотеза о том, что существует значимая положительная корреляция между самопринятием и принятием ребенка в группе молодых матерей [Medinnus, Curtis, 1963].

Испытуемыми были 56 матерей детей, посещающих кооперативный детский сад. Были получены две величины измерения материнского самопринятия. Первую получили с применением опросника «Индекс адаптации и ценностей Биллса» (Bills Index of Adjustment and Values), измеряющего величину различия «Я» и Я-идеального. Для получения второй использовали «Шкалу семантического дифференциала», состоящую из 20 биполярных прилагательных, в которой различие между рейтингом «Я в реальности» (такая, как я есть) и «Я в идеале» (такая, какой мне больше всего хочется быть) было определено операционально как вторая величина, характеризующая материнское самопринятие. Числовое выражение принятия ребенка было получено с помощью того же набора биполярных прилагательных. Различие между материнским рейтингом «мой ребенок в реальности» (такой, как он есть) и «мой ребенок в идеале» (каким я больше всего хотела бы его видеть) было определено как степень принятия матерью своего ребенка.

Корреляции между двумя значениями материнского самопринятия и величиной принятия ребенка показано в табл. 11–2. Как видно из таблицы, каждый из

Таблица 11–2. **Корреляции между величинами материнского самопринятия и принятия ребенка**

Величины	Самопринятие по Биллсу	Принятие ребенка по семантическому дифференциалу
Самопринятие по семантическому дифференциалу	–0,57+	0,33*
Самопринятие по Биллсу		–0,48+

*<0,05
+<0,01

Примечание. Отрицательная корреляция соответствует методу оценки тестов. При оценке самопринятия по Биллсу, чем выше значение, тем больше величина самопринятия, а значения самопринятия по семантическому дифференциалу и принятию ребенка обратные — большие значения обозначают менее благоприятные отношения.

Источник: адаптировано из Medinnus, Curtis, 1963, p. 543.

трех коэффициентов корреляции статистически значим. Эти результаты подтверждают мнение Роджерса, что матери, которые принимают себя (обладающие позитивным вниманием к себе), с гораздо большей вероятностью принимают своих детей такими, какие они есть, чем матери, не принимающие себя. К тому же результаты предполагают, что диапазон, в котором ребенок развивает позитивный образ «Я», зависит от того, в какой степени его родители способны принять себя.

ПРИМЕНЕНИЕ: ТЕРАПИЯ, ЦЕНТРИРОВАННАЯ НА ЧЕЛОВЕКЕ

Количество разнообразных видов психотерапии, старых и новых, применяемых к человеку, имеющему личностные проблемы, достигло пугающей величины. Психологи и психиатры просили пациентов лежать на черном кожаном диване и продуцировать свободные ассоциации, пытались научить их приемлемым социальным навыкам, предлагали им зайти в пустую комнату и издать пронзительный вопль, заставляли их садиться обнаженными в кружок в плавательном бассейне и «встречать» друг друга. Все же, несмотря на полученные ранее доказательства, что различные формы инсайт-терапии неэффективны [Eysenck, 1952, 1966], более поздние и тщательные исследования свидетельствуют, что многие виды терапии действительно помогают людям справится с проблемами, осложняющими им жизнь [Bergin, 1979; Landman, Dawes, 1982; Smith et el., 1980]. Каким образом все эти многочисленные методы психотерапии приносят реальную пользу страдающим людям, если противопоставить им отсутствие вообще какой бы то ни было терапии?

На этот вопрос Роджерс отвечает, что все эффективные формы психотерапии имеют один общий элемент — *взаимоотношения между людьми.* Конкретно, он утверждал, что качество взаимоотношений между психотерапевтом и клиентом является единственным важным фактором, ответственным за успешное терапевтическое вмешательство. Специальные терапевтические методики являются вторичными по отношению к взаимоотношениям психотерапевт—клиент и эмоциональному климату, в котором проходит их общение. Этот основанный Роджерсом и широко распространенный в настоящее время подход к психотерапии известен как *терапия, центрированная на человеке* [Rogers, 1986].

Эволюция роджерсовской терапии: от техники к взаимоотношениям

Подход Роджерса к психотерапии, имеющий очень мало сходства с психоанализом и бихевиористской модификацией поведения, разрабатывался в течение нескольких лет. Хотя его основные принципы оставались устойчивыми, практические методы, подобно полноценно функционирующему человеку Роджерса, непрерывно развивались. Первоначально подход Роджерса был назван *недирективной терапией* (некоторые до сих пор называют его так). Этот термин отражал интерес, испытываемый Роджерсом в то время к методам, с помощью которых можно было измененить поведение. Предположив, что клиент обладает способностью к самонаправленному изменению личности, Роджерс первым применил методики, которые позволили психотерапевту быть гораздо менее директивным во взаимоотношениях с пациентом, чем это принято в других формах терапии. Например,

недирективные психотерапевты никогда не давали советов, не отвечали на вопросы, не пробовали задавать вопросы. Вместо этого они пытались отразить то, что сказал клиент, и пояснить его чувства в процессе *отражения* и *пояснения*. Фактически психотерапевт как бы выполнял функцию «выпрямляющего» зеркала, антипода «кривых» зеркал в комнатах смеха, которые различным образом искажают изображение человека. А в недирективной терапии, наоборот, основная задача, которую ставит перед собой психотерапевт, — отразить клиенту более точно то, что он в действительности говорит и чувствует. Эти методы применяются еще и сегодня, хотя они несколько ограничены единственной функцией поддержания отношений.

Позже Роджерс перенес акцент на методики, позволяющие терапевту лучше разобраться в том, что происходит с пациентом в каждый момент проводимого лечения. Он переименовал свой подход в «клиент-центрированный», подчеркнув тем самым, что задача психотерапевта — понять самовосприятие клиента. Однако в заключительной стадии разработки методик подход Роджерса к терапии опять изменился. С начала 1960-х годов он стал больше интересоваться вопросом о точных терапевтических условиях, выполнение котрых необходимо, прежде чем клиент сможет начать разрешение своих межличностных проблем. Как указывалось ранее, он рассматривал взаимоотношения между психотерапевтом и клиентом как единственный, наиважнейший фактор, способствующий изменению личности. В настоящее время «ярлык», лучше всего отражающий ключевую роль отношений психотерапевт—клиент в процессе изменения личности, — это «терапия, центрированная на человеке» [Rogers, 1977]. Этот термин лучше всего отражает эволюцию мышления Роджерса — от техники к взаимоотношениям.

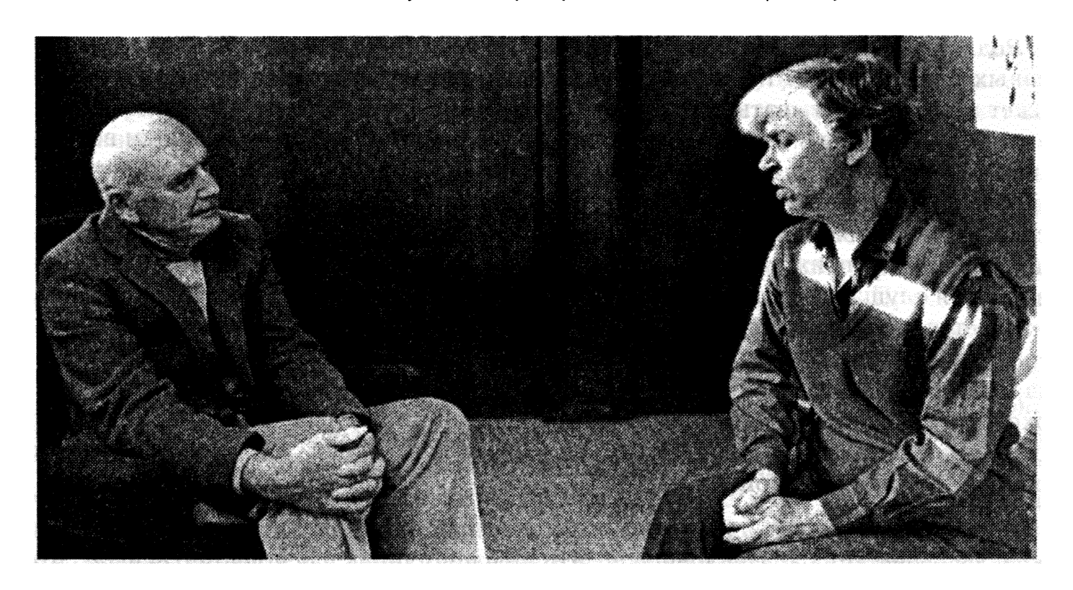
> Перенос акцента на терапию, центрированную на человеке, подчеркивает не только широкую применяемость теории. Он как бы говорит, что человек, «Я», сущность, а не одна из его ролей — клиент, студент, учитель или психотерапевт — является центром всех взаимодействий [Holdstock, Rogers, 1977, p. 129].

Терапевтические условия для изменения личности

Роджерс [Rogers, 1959] предположил, что для осуществления конструктивных личностных изменений необходимо и достаточно наличие *шести терапевтических условий*. Взятые вместе, эти условия иллюстрируют, что в действительности происходит во время курса терапии, центрированной на человеке.

1. *Два человека находятся в психологическом контакте.* В действительности будучи скорее предусловием, чем условием, первое утверждение Роджерса означает, что должны существовать какие-то взаимоотношения или психологический контакт между двумя людьми. Психотерапевт, вне зависимости от своего опыта, не может помочь клиенту, если этот клиент не знает психотерапевта. Что еще более важно, Роджерс постулировал: не может быть никакого существенного позитивного изменения личности вне взаимоотношений.

2. *Первый человек, клиент, находится в состоянии несоответствия, он уязвим и тревожен.* Как описывалось ранее, Роджерс объяснял личностные расстройства и психопатологию в терминах значительного несоответствия между действительным переживанием человека и его Я-концепцией относительно этого



Роджерс считал взаимоотношения между психотерапевтом и клиентом ключевым элементом, лежащим в основе конструктивного изменения личности.
(Ellen Young/Photo Researchers)

переживания. Чтобы проиллюстрировать это положение, Роджерс [Rogers, 1957] приводил случай студента колледжа, который на общем, или организмическом, уровне боялся университетского двора и экзаменов на третьем этаже определенного здания, что делало его существенно неадекватным. Он панически боялся своей неадекватности, и это не сочеталось с его Я-концепцией. Следовательно, он искажал организмическое переживание в сознании, представляя его в виде необоснованного страха (фобии) подниматься по лестнице в этом (или любом) здании и такого же сильного страха идти по открытой территории университета.

С точки зрения Роджерса, этот студент потерял связь с источником своего осознанного опыта, общим организмическим переживанием; в самом прямом смысле он был для себя чужим. Такая экзистенциальная ситуация непременно делала его очень уязвимым, поскольку в самый неожиданный момент он мог оказаться лицом к лицу с реальностью. Более того, он неизбежно испытывал напряжение или тревогу в той степени, в какой смутно осознавал глубокое несоответствие в себе. Он напоминал несчастного Цыпленка из детской сказки, который все время ждал, когда свалится небо. Учитывая такое тревожное субъективное состояние, легко понять, почему студент обратился в консультативный центр колледжа за помощью.

3. *Второй человек, психотерапевт, является гармоничным или интегрированным.* Когда клиент приходит в консультативный центр, указывает третье условие Роджерса, он должен встретить человека гармоничного, целостного и искреннего во взаимоотношениях. То есть в терапевтических взаимоотношениях психотерапевт должен быть цельным и настоящим (полностью самим собой), а клиент должен ясно и четко чувствовать, что он обнажает свою душу искреннему в этих взаимоотношениях человеку.

Роджерс не считал, что психотерапевт должен быть открытым для всех жизненных переживаний. Например, вне терапевтических отношений психотерапевт может иногда испытывать тревогу, депрессию, враждебность или какие-то другие чувства, говорящие о том, что он не является полностью интегрированным во всех аспектах жизни. Но в терапевтических взаимоотношениях, час или два в неделю, он обязательно должен находится в гармонии с самим собой. Это означает, что психотерапевт может иногда испытывать чувства, которые обычно не считаются идеальными для психотерапии, например: «Хотя мне нравится этот клиент, но мне не хочется слушать его сегодня, я бы с большим удовольствием поиграл в теннис». Разумеется, поскольку терапия сконцентрирована на чувствах клиента, а не психотерапевта, ему не нужно вербализировать эти чувства, когда он осознает их. Иногда, однако, чувства психотерапевта становятся настолько сильными, что ему необходимо выразить их непосредственно клиенту или коллеге, например: «Клиент постоянно показывает, что я отношусь к нему как расист, и у меня из-за этого большие трудности в принятии его».

4. *Психотерапевт испытывает безусловное позитивное внимание к клиенту.* Словосочетание «безусловное позитивное внимание» в основном означает, что психотерапевт относится к клиенту с теплом, хвалит его как человека в процессе становления и не дает оценок его чувствам или переживаниям. Короче, психотерапевт не проявляет «условий ценности» по отношению к клиенту, а полностью принимает его без одобрения или порицания. Поэтому, когда студент начинает описывать, как он боится подниматься по лестнице или идти по кампусу, психотерапевт безусловно принимает эти чувства как часть мира субъективных переживаний студента. Он не высказывает суждений по поводу этих чувств, например: «Знаешь, сынок, я служил в морской пехоте и могу тебе сказать, что единственный способ стать настоящим мужчиной — это забыть о своих глупых страхах, выйти отсюда и прямо сейчас подняться по лестнице и с высоко поднятой головой пройти по открытой территории университета».

Таким образом, сеансы терапии, центрированной на личности, проходят в спокойной атмосфере, создающей у клиента уверенность, что его полностью понимают и принимают. Такой терапевтический климат позволяет клиенту соприкоснуться со своим организмическим уровнем переживания, позволяет ему осознать это переживание, не чувствуя угрозу. Возможно, клиент подумает: «Если психотерапевт, искренне любящий меня, может решительно принять эти чувства как допустимую часть моей личности, почему и я не могу сделать это?» Следовательно, терапевтические условия позволяют клиенту еще более погрузиться в себя, выразить свои истинные чувства, не боясь упрека, и, в конечном итоге, интегрировать эти чувства с неизбежно измененной Я-концепцией. Безусловное позитивное внимание в той степени, в какой его можно достичь в терапевтических отношениях, позволяет клиенту оценить переживания, которые не соответствовали его Я-концепции и которые он раньше не осознавал, потому что они вызывали тревогу.

5. *Психотерапевт испытывает эмпатическое понимание внутренней системы координат клиента и стремится передать это клиенту.* Психотерапевт, центрированный на личности, испытывает к клиенту эмпатию. По Роджерсу, эмпатия показывает, что психотерапевт чувствует внутренний мир переживаний клиента так, как если бы он был его собственным, но никогда не переходя условие

«как если бы» [Rogers, 1959]. Короче говоря, психотерапевт *понимает*. Он способен свободно переноситься в субъективный мир клиента, воспринимать так же, как воспринимает он, чувствовать так же, как чувствует он, переживать так же, как переживает он.

Часто для клиента эмпатия психотерапевта сходна с внезапным солнечным лучом, прорвавшимся сквозь густую листву в лесу [Rogers, 1959]. По мере того как клиент борется со своей запутанной и искаженной символизацией переживания, психотерапевт, поскольку он полностью вошел в субъективный мир клиента, может эмпатийно высказываться, что значительно помогает инсайту. Психотерапевт понимает и принимает клиента, и в процессе терапевтических отношений оба идут к значительно более высоким вершинам взаимного принятия и понимания.

6. *Как минимум, должна произойти передача клиенту эмпатийного понимания и безусловного позитивного внимания психотерапевта.* Внимательное отношение к этому условию должно стереть стереотип теперь уже исчезнувшего недирективного психотерапевта, который сидел, слушал клиента и только иногда одобряюще похмыкивал. Также устарел и образ «клиент-центрированного» психотерапевта, который мог только повторить и/или уточнить то, что говорит клиент (например: «Я только что порезался, и если вы не дадите мне стерильный пластырь, я до смерти истеку кровью» — «Вы чувствуете, что истекаете кровью до смерти»). Повторяясь достаточно часто, подобные диалоги, возможно, вызывали у многих клиентов желание спросить: «Попка хочет печенья?»

Прослушивание записей интервью сегодняшнего дня показывает, что психотерапевты, центрированные на человеке, тоже часто говорят «угу» или «понятно», отражая и уточняя чувства клиента — они делают это, чтобы использовать любую возможность *передачи* своей эмпатии и позитивного внимания к клиенту. Бессмысленно испытывать подобные чувства, если клиент не будет знать о них. Поэтому психотерапевт должен передавать свое отношение в каждом слове и действии, а клиент должен воспринимать это как отражение принятия и понимания психотерапевтом. Насколько клиент чувствует, что его принимают, настолько будет выполнено условие шесть, и тогда у клиента появится возможность достичь позитивного изменения личности.

Роджерс утверждал, что именно клиент, а не психотерапевт, ответственен за личностный рост во время курса терапии. Психотерапия создает для изменения необходимые условия, но только клиент является реальным действующим фактором изменения своей личности.

Этот подход к терапии понятен любому, кто разделяет оптимистический взгляд Роджерса на человеческую природу. Полагая, что при наличии правильных условий люди будут естественно двигаться к росту, актуализации и здоровью, Роджерс в психотерапии, центрированной на человеке, просто создает эти условия. Во всем остальном можно положиться на организмический оценочный процесс клиента. В этом смысле психотерапевты, придерживающиеся теории Роджерса, скорее «способствуют росту», а не «лечат больных» (как в психоанализе) или «модицифируют поведение» (как в бихевиоральной терапии). Психотерапия, центрированная на личности, предназначена для того, чтобы устранить несоответствие между переживанием и самостью. Когда человек действует в соответствии с организмическим оценочным процессом, а не с условиями ценности, ему не нужна

защита в форме отрицания или искажения, и про него можно сказать, что он является полноценно функционирующим человеком. Закон жизни полностью функционирующего человека — стать тем, кем он может стать в течение жизни.

Никто, кроме Фрейда, не оказал такого влияния на практику психотерапии, как Роджерс. Его подход, центрированный на личности, успешно применяется при консультировании и терапии в таких разных областях, как образование, расовые отношения, семейные отношения, политика и менеджмент [Levant, Sehlien, 1984]. Утверждение целостности и уникальности человека, связанное с акцентом на важность Я-концепции, также имело громадное влияние на современную теорию и практику психологии. Мы можем заключить, что роджерсовская теория человека не утратит свое влияние на персонологию еще в течение многих лет.

РЕЗЮМЕ

В феноменологическом направлении центральное место занимает положение, что поведение человека можно понять только в терминах его субъективных переживаний. Феноменологический подход также подразумевает, что люди способны строить свою судьбу и что они, по своей сути, являются целеустремленными, заслуживающими доверия и самосовершенствующимися. Карл Роджерс хорошо известен тем, что сформулировал теорию личности, в которой подчеркиваются тезисы, связанные с феноменологией, наряду с особым вниманием к самости.

В теории Роджерса все мотивы человека включены в один мотив достижения мастерства — тенденцию актуализации, врожденное стремление человека актуализировать, сохранять и интенсифицировать себя. Эта тенденция побуждает всех людей двигаться в направлении большей сложности, автономии и раскрытия потенциала. Несколько более специфично понятие организмического оценочного процесса, который показывает, соответствуют ли настоящие переживания тенденции актуализации. По Роджерсу, люди стремятся к тем переживаниям, которые воспринимаются как Я-интенсифицирующие, и избегают тех переживаний, которые воспринимаются как Я-отрицающие.

Характеризуя феноменологическое направление, Роджерс утверждал, что единственной реальностью, с точки зрения восприятия человека, является субъективная реальность — личный мир переживаний человека. Центральное место в этом субъективном мире принадлежит Я-концепции, наиболее важному персонологическому конструкту Роджерса. В его системе элементами, определяющими развитие Я-концепции, являются потребность в позитивном внимании, условия ценности и безусловное позитивное внимание. Роджерс подчеркивал, что детям для развития позитивной Я-концепции, которая позволит им стать полноценно функционирующими людьми, необходимо безусловное позитивное внимание. В то же время условия ценности заставляют детей жить в соответствии с навязанными ценностями, а не с собственным организмическим оценочным процессом.

Роджерс утверждал, что люди большей частью ведут себя в соответствии с их Я-концепцией. Угроза возникает, если человек ощущает несоответствие между Я-концепцией и общим организмическим переживанием; тогда он пытается защитить целостность «Я» с помощью искажения или отрицания восприятия. Слишком большое несоответствие между Я-концепцией и действительным переживанием

приводит к личностным расстройствам и психопатологии. В качестве образца психического здоровья описываются люди, которые открыты переживаниям, полностью доверяют им и свободно движутся в направлении актуализации себя. Такие люди в системе Роджерса называются «полноценно функционирующими».

Позиция Роджерса по основным положениям относительно природы человека определенна, недвусмысленна и отражает фундаментальное расхождение между феноменологией и бихевиоризмом в американской психологии. Феноменологическая теория Роджерса отражает:

- сильную приверженность положениям свободы, рационализма, холизма, изменяемости, субъективности, проактивности, гетеростаза и непознаваемости;
- умеренную приверженность положению конституционализма.

Феноменологический подход Роджерса к личности, в частности, в терминах ее психотерапевтических аспектов послужил стимулом для значительного количества исследований. В этой главе основной метод изучения Я-концепции — Q-сортировка — обсуждался наряду с иллюстративными исследованиями Я-концепции. Мы также кратко остановились на том, как Роджерс рассматривал науку в связи с изучением человека.

В заключительном разделе главы был описан уникальный и широко применяемый в психотерапии подход — терапия, центрированная на человеке, ее разработка и развитие. Было обращено внимание на исключительную важность, которую Роджерс придавал взаимоотношениям психотерапевт — клиент, и обсуждены шесть условий, необходимых для позитивного изменения личности. По Роджерсу, цель терапии — ликвидировать несоответствие между переживанием и самостью человека, тем самым открывая для него возможность жить более богатой, полной жизнью.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Как бы вы оценили концепцию тенденции актуализации Роджерса? Более точно, считаете ли вы, что все мотивы человека можно включить в один мотив достижения совершенства? Обоснуйте свою позицию, за или против.
2. Насколько феноменологическая позиция Роджерса соответствует вашему собственному опыту? А именно: чувствуете ли вы, что живете в мире личных переживаний, центром которого являетесь, и, исходя из него, можно объяснить ваше поведение лучше, чем основываясь только на объективных факторах окружения?
3. Объясните концепцию организмического оценочного процесса и его связь с потребностью самоактуализации. Приведите примеры.
4. Обсудите термины «потребность в позитивном внимании», «потребность в позитивном внимании к себе» и «условия ценности» в их применении к процессу развития Я-концепции.
5. Сравните роджерсовскую концепцию полноценно функционирующего человека с вашим представлением о том, что лежит в основе психического здоровья. Вы стремитесь стать полноценно функционирующим человеком? Почему да или почему нет?
6. Как выяснилось, Скиннер и Роджерс резко расходятся практически по всем важным вопросам в персонологии. Какую из двух позиций вы предпочитаете? Вы видите какую-то связь между вашим предпочтением и вашими собственными положениями относительно природы человека?

7. Как измерить Я-концепцию с помощью техники Q-сортировки?
8. Что говорят исследования о несоответствии между осознанным «Я» и Я-идеальным и их связи с психологической адаптацией?
9. Вы верите, что шесть условий терапевтического изменения личности, описанные в связи с терапией, центрированной на личности, применимы к другим значимым взаимоотношениям человека? То есть применимы ли эти шесть условий к позитивному личностному росту, который имеет место в любовных взаимоотношениях, браке, дружбе и воспитании детей? Приведите примеры.
10. Как Роджерс объясняет личностные расстройства и психопатологию? Объясните, чем феноменологический подход Роджерса к расстройствам поведения отличается от психоаналитического подхода Фрейда.

ГЛОССАРИЙ

Безусловное позитивное внимание (Unconditional positive regard). Роджерсовский термин для обозначения уважения и принятия другого, независимо от того, ведет или нет себя человек в соответствии с ожиданиями того, кто демонстрирует принятие. Другими словами, позитивное внимание не зависит от определенных действий или мыслей.

Безусловное позитивное внимание к себе (Unconditional positive self-regard). Термин, используемый для обозначения человека, который не воспринимает ни одно переживание как достойное более или менее позитивного внимания по сравнению с любым другим. По Роджерсу, безусловное позитивное внимание к себе позволяет человеку развиваться, чтобы стать полноценно функционирующим.

Защита (Defence). Попытка человека изменить или модифицировать угрожающее переживание с помощью *отрицания* или *искажения*.

Идеал-сортировка (Ideal-sort). Утверждения, которые выбирает испытуемый, описывая человека, которым он хотел бы быть.

Искажение восприятия (Perceptual distortion). Тип механизма защиты, используемый, чтобы трансформировать угрожающие переживания в форму, соответствующую или согласующуюся с актуальным Я-образом человека.

Креативность (Creativity). Характеристика полноценно функционирующего человека, способность продуцировать уникальные идеи, результаты, способы решения проблем.

Несоответствие (Incongruence). Состояние дисгармонии, имеющее место, когда существует несоответствие между переживанием человека и его Я-концепцией.

Обусловленное позитивное внимание (Conditional positive regard). Ситуация, когда человек получает похвалу, внимание и одобрение за то, что ведет себя в соответствии с тем, чего от него ожидали другие. Иначе говоря, обусловленное позитивное внимание зависит от определенных действий или мыслей.

Организмический оценочный процесс (Organismic valuing process). Роджерсовский принцип, согласно которому переживания, которые воспринимаются как сохраняющие или развивающие человека, оцениваются позитивно, в то время как переживания, которые воспринимаются как негативные или противоречащие сохранению или развитию человека, оцениваются негативно или их избегают.

Организмическое доверие (Organismic trusting). Способность полагаться на наши внутренние переживания и чувства как на основу для принятия важных решений.

Открытость переживанию (Openness to experience). Способность человека переживать то, что происходит внутри него, без чувства угрозы; противоположное понятие — *защита.*

Отрицание (Denial). Защитный механизм, посредством которого человек защищает себя от неприятных аспектов действительности, отрицая их существование.

Полноценно функционирующий человек (Fully functioning person). Термин, используемый Роджерсом для определения человека, который функционирует в соответствии со

своим организмическим оценочным процессом, а не с интернализованными условиями ценности.

Потребность в позитивном внимании (Need for positive regard). Приобретенная потребность человека получить приятие, уважение и любовь от значимых людей в его окружении.

Потребность в позитивном внимании к себе (Need for positive self-regard). Приобретенная потребность, которая развивается из ассоциации Я-переживаний с удовлетворением или неудовлетворением потребности в позитивном внимании. Удовлетворение при одобрении и неудовлетворение при неодобрении человеком самого себя.

Соответствие (Congruence). Состояние гармонии, которое ощущается, когда нет несоответствия между переживанием человека и его Я-концепцией.

Тенденция актуализации (Actualizing tendency). В теории Роджерса — основной мотив в жизни людей. Заключается в стремлении сохранять и интенсифицировать себя, стать настолько хорошим, насколько позволяет присущая им природа.

Тенденция самоактуализации (Self-actualizing tendency). Тенденция человека к развитию в направлении возрастающей сложности, самодостаточности, зрелости и компетентности.

Терапия, центрированная на человеке (Person-centred therapy). Форма психотерапии, разработанная Роджерсом на основе принятия и безусловного внимания к клиенту. Особо подчеркиваются взаимоотношения между психотерапевтом и клиентом как средство достижения личностных изменений.

Техника Q-сортировки (Q-sort technique). Метод самооценки, используемый для того, чтобы измерить, в какой степени действительная и идеальная Я-концепция человека соответствуют или не соответствуют друг другу.

Тревога (Anxiety). Эмоциональная реакция на то, что человек осознает переживание как несоответствующее или несообразное с его Я-структурой и ее интернализованными условиями ценности.

Угроза (Threat). Любое переживание, которое воспринимается как несогласующееся с Я-структурой человека.

Феноменальное поле (Phenomenal field). Всеобщность переживания человека (также определяется как *поле восприятия*).

Феноменология (Phenomenology). Подход в персонологии, подчеркивающий важность понимания субъективных переживаний человека, его чувств и личных концепций, а также его личной точки зрения на мир и себя.

Экзистенциальный образ жизни (Existential living). Образ жизни, характеризующийся существованием «здесь и сейчас» так, что каждый момент жизни нов и отличается от всего, что было ранее.

Эмпирическая свобода (Experiential freedom). Субъективное чувство, что можно жить свободно, как хочешь, например, «Я один ответствен за свои действия и их последствия».

Я-идеальное (Ideal self). Человек, каким, индивид полагает, он сможет или должен стать (включая стремления, нравственные идеалы и ценности).

Я-концепция (Self-concept). Всеобщий паттерн или конфигурация самовосприятия: концепция человека о том, каков он.

Я-сортировка (Self-sort). Утверждения, которые испытуемый сортирует при описании человека, которым он в данное время является.

БИБЛИОГРАФИЯ

Achenbach T., Zigler E. (1963). Social competence and self-image disparity in psychiatric and nonpsychiatric patients. Journal of Abnormal and Social Psychology, 67, 197–205.

Berger E. (1955). Relationships among acceptance of self, acceptance of others and MMPI scares. Journal of Counseling Psychology, 2, 279–284.

Bergin A. E. (1979). The evaluation of therapeutic outcomes. In A. Bergin, S. Garfield (Eds.). Handbook of psychotherapy and behavior change (2nd ed.). New York: Wiley.
Bergin A. E., Strupp H. H. (1972). Changing frontiers in the science of psychotherapy. New York: Aldine-Atherton.
Carkhuff R. (1969). Helping and human relations (Vols. 1 and 2). New York: Holt, Rinehart and Winston.
Coopersmith S. (1967). The antecedents of self-esteem. New York: Freeman.
Epstein S. (1973): The self-concept revisited: Or a theory of a theory. American Psychologist, 28, 404–416.
Eysenck H. J. (1952). The effects of psychotherapy: An evaluation. Journal of Consulting Psychology, 16, 319–324.
Eysenck H. J. (1966). The effects of psychotherapy. New York: International Science Press.
Frick W. (1971). Humanistic psychology: Interviews with Maslow, Murphy, and Rogers. Columbus, OH: Merrill.
Fromm E. (1956). The art of loving. New York: Harper and Row.
Hales, S. (1979). Developmental processes of self-esteem. Paper presented at the Society for Research in Child Development, San Francisco.
Higgins E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. Psychological Review, 94, 319–340.
Holdstock T. L., Rogers C. R. (1977). Person-centered therapy. In R. J. Corsini (Ed.). Current personality theories. Itasca, IL: Peacock Publishers.
Kirschenbaum H. (1979). On becoming Carl Rogers. New York: Delacorte Press.
Landman J. T., Dawes R. M. (1982). Psychotherapy outcomes. American Psychologist, 37, 504–516.
Levant R. F., Schlien J. M. (Eds.) (1984). Client-centered therapy and the person-centered approach: New directions in theory, research, and practice. New York: Praeger.
Mahoney J., Hartnett J. (1973). Self-actualization and self-ideal discrepancy. Journal of Psychology, 85, 37–42.
Markus H. (1983). Self-knowledge: An expanded view. Journal of Personality, 51, 543–565.
Markus H., Nurius P. (1986). Possible selves. American Psychologist, 41, 954–969.
Medinnus G., Curtis F. (1963). The relation between maternal self-acceptance and child acceptance. Journal of Counseling Psychology, 27, 542–544.
Patterson C. (1973). Theories of counseling and psychotherapy (2nd ed.). New York: Harper and Row.
Rogers C. R. (1939). The clinical treatment of the problem child. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers C. R. (1942). Counseling and psychotherapy: New concepts in practice. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers C. R. (1951). Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers C. R. (1954). The Case of Mrs. Oaks: A research analysis. In C. R. Rogers, R. F. Dymond (Eds.). Psychotherapy and personality change: Co-ordinated research studies in the client-centered approach. Chicago: University of Chicago Press.
Rogers C. R. (1955). Persons or science? A philosophical question. American Psychologist, 10, 267–278.
Rogers C. R. (1956). Some issues concerning the control of human behavior (symposium with B. F. Skinner). Science, 124, 1057-1066.
Rogers C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. Journal of Consulting Psychology, 21, 95–103.
Rogers C. R. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.). Psychology: A study of a science (Vol. 3, pp. 184–256). New York: McGraw-Hill.
Rogers C. R. (1961). On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers C. R. (1963). The actualizing tendency in relation to «motives»; and to consciousness. In M. Jones (Ed.). Nebraska symposium on motivation (Vol. 2, pp. 1–24). Lincoln: University of Nebraska Press.

Rogers C. R. (1967). Autobiography. In E. Boring, G. Lindzey (Eds.). A history of psychology in autobiography (Vol. 5, pp. 341–384). New York: Appleton-Century-Crofts.
Rogers C. R. (1969). Freedom to learn: A view of what education might become. Columbus, OH: Merrill.
Rogers C. R. (1970). Carl Rogers on encounter groups. New York: Harper and Row.
Rogers C. R. (1972). Becoming partners: Marriage and its alternatives. New York: Delacorte Press.
Rogers C. R. (1973). My philosophy of interpersonal relationships and how it grew. Journal of Humanistic Psychology, 13, 3–15.
Rogers C. R. (1974). In retrospect: Forty-six years. American Psychologist, 29, 115–123.
Rogers C. R. (1977). Carl Rogers on personal power. New York: Delacorte Press.
Rogers C. R. (1980). A way of being. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers C. R. (1983). Freedom to learn for the 80s. Columbus, OH: Merrill.
Rogers C. R. (1984). Rogers calls peace results «surprising». APA Monitor, November.
Rogers C. R. (1986). Client-centered therapy. In I. L. Kutush, A. Wolf (Eds.). Psycho-therapist's casebook. San Francisco: Jossey-Bass.
Rogers C. R., Dymond R. (Eds.) (1954). Psychotherapy and personality change. Chicago: University of Chicago Press.
Rogers C. R., Stevens B. (1967). Person to person: The problem of being human. New York: Simon and Schuster.
Smith M. L., Glass G. V., Miller R. L. (1980). The benefits of psychology. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
Stephenson W. (1953). The study of behavior: Q-technique and its methodology. Chicago: University of Chicago Press.
Suinn R. (1961). The relationship between self-acceptance and acceptance of others: A learning-theory analysis. Journal of Abnormal and Social Psychology, 63, 37–42.
Suls J., Greenwald A. G. (Eds.) (1983). Psychological perspectives on the self (Vol. 2). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Turner R. H., Vanderlippe R. H. (1958). Self-ideal congruence as an index of adjustment. Journal of Abnormal and Social Psychology, 57, 202–206.
Watzlawick P. (Ed.) (1984). The invented reality. New York: Norton.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Evans R. I. (1975). Carl Rogers: The man and his ideas. New York: Dutton.
Gendlin E. T. (1988). Carl Rogers (1902–1987). American Psychologist, 43, 127–128.
Harrington D. M., Block J. H., Block J. (1987). Testing aspects of Carl Rogers' theory of creative environments: Child-rearing antecedents of creative potential in young adolescents. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 851–856.
Lietaer G. (1984). Unconditional positive regard: A controversial basic attitude in client-centered therapy. In R. F. Levant, J. M. Schlien (Eds.). Client-centered therapy and the person-centered approach: New directions in theory, research and practice. New York: Prager.
Ogilvie D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 379–385.
Wexler D., Rice L. (1974). Innovations in client-centered therapy. New York: Wiley.

Глава 12

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ: НОВЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ

Итак, мы подошли к концу длинного и иногда непростого путешествия по целому ряду теоретических представлений о природе человеческой личности. Читатель, завершивший путешествие, возможно, согласится, что изучение личности — самая волнующая, но и самая трудная и фрустрирующая область в психологии. Мы надеемся, что предмет обсуждения показался вам заслуживающим пристального внимания.

На этом пути мы увидели богатство уникальных концепций и формулировок, с помощью которых персонологи пытались объяснить сложность и разнообразие поведения человека, как в норме, так и в патологии. Ни одно из теоретических направлений, представленных в этой книге, не подавляет другое, но в каждом можно увидеть нечто, заслуживающее внимания и одобрения. Фактически каждое направление содержит ценные соображения, которые можно добавить к общей картине, чтобы получить «более полное» представление о том, чем является человеческая личность. Тем не менее, читатель, возможно, почувствовал необходимость разработки новых концептуальных моделей для углубления нашего понимания поведения человека. Если так, значит, наш учебник сумел обрисовать то состояние, в котором данная область находится сегодня. Старые и более современные теории, рассмотренные в совокупности, создают фундамент для понимания причин поведения человека. Тем не менее, возникает отчетливое осознание того, что дальнейший прогресс в этой области зависит от способности нового поколения персонологов создать адекватное теоретическое поле для понимания всей невероятной сложности человеческого существования.

В этой заключительной главе остается подытожить все, что мы изучили, и определить некоторые аспекты, тенденции и проблемы, которые, вероятно, должны повлиять на будущее развитие персонологической теории и эмпирических исследований. Важно понять существующие тенденции и критические моменты, чтобы знать, в каком направлении будет двигаться психология личности в будущем. Сразу хотим предостеречь: наши предположения не нужно понимать как «последнее слово» в данной области, с уверенностью можно допустить только одно — новые и спорные вопросы будут появляться постоянно, по мере того как персонология будет развиваться и изменяться. Наши попытки определить новые тенденции и критические моменты направлены только на то, чтобы разработать гипотезу о дальнейшем развитии теории личности. Мы также считаем нужным обсудить, в какой степени различные направления, рассмотренные в этой книге, могут влиять на развитие персонологических теорий и исследований.

Но сначала немного поговорим о том, что дал подход, который мы использовали в этой книге для изучения и сравнения направлений персонологии. Мы убеждены в том, что философские положения, касающиеся природы человека, представляют убедительную и полезную модель для оценки широкого спектра теоретических воззрений, существующих в современной теории личности. Эти положения представляют собой концептуальную опору психологии личности; они формируют основу для понимания того, как психологи пытаются дать адекватное объяснение поведению, мышлению и чувствам людей.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ В РЕТРОСПЕКТИВЕ

Центральным, объединяющим тезисом этой книги является то, что основные положения о природе человека определяют рамки, в которых различные направления психологии личности формулируются и, в конечном итоге, проверяются. Они также позволяют увидеть фундаментальные положения, с которыми личностные теоретики соглашались или не соглашались (на рис. 12–1 можно видеть, какой философской позиции придерживался тот или иной теоретик, взгляды которого обсуждались в этой книге). В заключительной главе уместно поднять некоторые новые вопросы и поразмыслить о природе этих основных положений и их роли в настоящем и будущем развитии личностной психологии.

Для начала вернемся к вопросу о сущности основных положений, который мы уже поднимали в главе 1. Будет полезно вкратце вспомнить его здесь. Авторы полагают, что фундаментальные положения о человеческой природе частично отражают собственные личные переживания теоретика. Чтобы понять положения, которых придерживался тот или иной персонолог (выяснить, «откуда они взялись»), необходимо в какой-то степени понять его религиозный и социоэкономический статус, число членов семьи и порядок рождения, отношения с родителями, образование и профессиональный опыт. Мы уверены, что биографические очерки помогли читателю разобраться, как обстоятельства личной жизни теоретика влияли на его исходные положения и теорию личности.

К тому же мы полагаем, что условия (время и место), в которых протекала жизнь ученого, значительно влияли на его основные положения и вытекающие из них концепции человечества. Например, взгляды Фрейда были сформулированы

	Сильная	Умерен-ная	Слабая	Средняя	Сла-бая	Умерен-ная	Сильная	
Свобода	Адлер Маслоу Роджерс		Олпорт	Бандура Келли		Эриксон	Фрейд Скиннер	Детерми-низм
Рациональ-ность	Олпорт Бандура Келли Маслоу Роджерс	Адлер Эриксон					Фрейд	Иррацио-нальность
Холизм	Адлер Эриксон Маслоу Роджерс	Фрейд Олпорт Келли				Бандура	Скиннер	Элемента-лизм
Конститу-ционализм		Фрейд Келли Маслоу Роджерс		Адлер Олпорт			Бандура Эриксон Скиннер	Инвайрон-ментализм
Изменяе-мость	Эриксон Скиннер Бандура Маслоу Роджерс			Олпорт		Келли	Фрейд Адлер	Неизмен-ность
Субъектив-ность	Адлер Келли Маслоу Роджерс		Фрейд Олпорт	Бандура		Эриксон	Скиннер	Объектив-ность
Проактив-ность	Адлер Олпорт Маслоу Роджерс	Фрейд Эриксон		Бандура			Скиннер	Реактив-ность
Гомеостаз	Фрейд					Эриксон	Адлер Олпорт Маслоу Роджерс	Гетеростаз
Познавае-мость	Фрейд Скиннер Бандура	Эриксон Олпорт					Адлер Маслоу Роджерс	Непозна-ваемость

Рис. 12–1. *Обзор позиций ведущих теоретиков по основным положениям, касающимся природы человека.*

в то время, которое историки назвали викторианским веком Европы. Викторианское общество характеризовалось очень рациональным и моралистическим взглядом на человека. В этом обществе на сексуальность смотрели как на пугающий и непристойный аспект человеческой природы. Фрейд шокировал и оскорбил многих современников, заявив, что люди, даже в младенчестве, мотивированы сексуальными и агрессивными побуждениями. Другие интеллектуалы того времени, такие как Шопенгауэр и Ницше, также утверждали, что поведение человека

регулируется мощными бессознательными и иррациональными силами. В отличие от Фрейда, Абрахам Маслоу разрабатывал свои концепции и положения в 1950–1960-е годы — период, когда внимание многих американских психологов было привлечено к экзистенциальному и феноменологическому направлениям. На взгляды Маслоу также повлияло то, что он был близко знаком с выдающимися персонологами, которые иммигрировали в Соединенные Штаты из-за обострившейся политической ситуации в Европе. Альфред Адлер, Эрих Фромм и Карен Хорни в значительной мере повлияли на мировоззрение Маслоу, так как они подчеркивали в человеке сознательное, ценности и становление. Если бы Фрейд, Маслоу или какой-то другой теоретик жили в другом социальном, культурном или историческом окружении, их положения, касающиеся природы человека, могли бы значительно отличаться от тех, что нам известны.

Второй вопрос касается роли основных положений в формировании теоретической системы, а именно, их влияния на построение теории на начальных стадиях. С нашей точки зрения, осознавал их на начальном этапе персонолог или нет, *философские положения теоретика о природе человека одновременно расширяли и сужали его взгляды на личность*. В качестве примера рассмотрим положение свобода — детерминизм. Любой теоретик, придерживающийся положения свободы, будет, по определению, придавать особое значение тем аспектам функционирования человека, которые предполагают, что люди способны контролировать собственное поведение. Далее положение свободы в соединении с творческой мыслью теоретика способно открыть для него какие-то новые направления, в русле которых он будет стремиться объяснить сущность природы человека.

Таким образом, положение свободы значительно расширяет взгляды теоретика на личность. Теоретик стремится детально изучать определенные области функционирования человека и изобретать теоретические концепции для их описания и объяснения. В то же время, однако, неимоверная сложность поведения и переживаний человека предполагает, что перспективы также и сужаются. Теоретик игнорирует или сводит до минимума те аспекты поведения человека, которые хорошо объяснимы в терминах детерминизма. Например, теоретик, провозглашающий идею о том, что люди имеют неограниченную свободу, несомненно, не будет придавать большого значения или даже будет отвергать важность физиологических, генетических и ситуационных детерминант поведения. Хотя эти аспекты поведения человека тоже следует как-то объяснить, теоретик не принимает во внимание никакие соображения или, по крайней мере, снижает их роль. Следовательно, положение свободы направляет персонолога по определенным теоретическим тропам, открывая ему глаза на какие-то аспекты поведения человека, которые, возможно, до него не рассматривались, и в то же время заставляя его «в упор не видеть» другие важные составляющие психологического портрета человека.

Конечно, все это относится также и к ученому, стоящему на позиции детерминизма. Данное положение ведет его по другим теоретическим тропам, заставляя сосредоточивать внимание на тех аспектах поведения человека, которые демонстрируют влияние среды, и игнорировать или не придавать большого значения действиям человека, которые отражают свободный выбор. Тем не менее, сложность и неоднозначность поведения человека заставляют признать, что свобода также является характеристикой человека. Если теоретик придерживается узкого взгляда и допускает только детерминизм, в результате получается довольно

19 Зак. 1212

односторонняя картина человечества. Таким образом, становится ясно, что является теоретик непоколебимым детерминистом или стойким последователем свободного выбора, его позиция по этому положению в определенной мере ограничивает объяснение природы человека.

Положение свобода—детерминизм — только одно из девяти, обсуждавшихся в этой книге. Мы считаем, что остальные восемь основных положений оказывают точно такое же влияние на создание и разработку теорий личности. Хотя каждое из них может иметь большее или меньшее значение по мнению данного теоретика, (например, положение субъективность—объективность является центральным в теориях Роджерса и Скиннера и периферическим в позициях Олпорта и Бандуры), все девять положений влияют на персонолога, когда он создает свою теорию. Ни один теоретик не строит концепцию в вакууме, он собирает данные и в рамках существующих философских представлений размышляет о природе человечества. Из того факта, что основные положения отражают различия в восприятии поведения человека разными теоретиками, следует, что можно рассматривать личность с разных точек зрения.

И третий вопрос: являются ли исходные положения о природе человека единственным фактором, влияющим на построение теории личности? Конечно же, нет. Философские воззрения персонолога постоянно подвергаются множеству других воздействий при построении или пересмотре теории. Кроме основных положений, на мнение теоретика влияют такие факторы, как исторический период, в котором он живет, объем психологического знания, объем его знаний о психологии и других дисциплинах, академическое образование и другие контакты с миром идей, общение с коллегами (и в некоторых случаях с пациентами) и, в целом, жизненный опыт теоретика. Никогда не следует забывать, что теоретики, исследующие личность, сами являются людьми, перед которыми стоит задача создать теорию о людях. Как и у всех нас, их сознание подвержено влиянию множества жизненных обстоятельств, происходящих во времени и в социальном контексте. Следовательно, мы должны помнить, что каждая теория личности каким-то образом отражает биографию, а также основные положения создателя этой теории.

В качестве примера этого *эффекта взаимодействия* вновь рассмотрим положение свобода—детерминизм. И Фрейд, и Скиннер были непоколебимыми детерминистами; они были совершенно уверены в том, что все действия человека абсолютно детерминированы и такой возможности, как свободный выбор, не существует. Но на вопрос, что конкретно определяет поведение человека, эти два теоретика отвечали совершенно по-разному, потому что положение детерминизма взаимодействовало с другими факторами в жизни каждого из них. Фрейд, например, был врачом, жил в такое время и в таком обществе, где сексуальность фактически была под запретом, и средством к существованию для него было лечение пациентов. Следовательно, он искал детерминанты поведения *внутри* человека, в его биологии, в каком-то локусе причинности, не осознаваемом его пациентами в себе, в том, что связано с сексуальностью, которую пациенты не могли выразить в своей повседневной жизни и которая так беспокоила их. *Ид* во всей его бессознательности, иррациональности и сексуальной силе и славе было конечным результатом поиска Фрейдом детерминант поведения.

А Скиннер, который обожал механические приспособления даже в молодые годы, был академически воспитан на точности, интересе к животным, поглощенно-

сти процессом научения и беззаветной преданности инвайронментализму в американском бихевиоризме. Скиннер зарабатывал на жизнь в научных лабораториях, работая с испытуемыми — животными и людьми, изобретая и конструируя оригинальные экспериментальные приборы, разрабатывая и проводя эксперименты по научению и вообще манипулируя переменными окружения. Совершенно не удивительно поэтому, что внимание Скиннера было сосредоточено на детерминантах поведения, находящихся *вне* человека. Разумеется, он преуспел, найдя их в окружении, что отражено в его центральной и хорошо сформулированной концепции *подкрепления*.

Когда мы представляем себе позицию каждого теоретика по всем девяти основным положениям и то, как они взаимодействуют с его уникальными жизненными обстоятельствами, мы начинаем понимать, из чего образуется формальная структура теории личности. Говоря так, мы ни в коей мере не хотим преуменьшить роль основных положений в теоретическом построении; мы просто помещаем эти положения в определенную систему координат. Как указывалось ранее, сам процесс создания теории о человечестве основывается на определенных философских положениях. Однако различия взглядов и концепций, сформулированных теоретиками, также обусловлены различием их личного опыта.

Остается один заключительный вопрос: какова будет роль основных положений в теории личности будущего? С осторожностью мы отвечаем, что так как они имеют отношение к основному вопросу — что есть человечество, их роль будет оставаться неизменной. Основные положения, касающиеся человеческой природы, будут являться основой для всех будущих теорий личности, независимо от их специфического содержания или формы. А вот теории, гипотезы, методология и эмпирические исследования, которые образуют психологию личности как дисциплину, изменятся. Появятся новые теоретики, которые по-другому соотнесут свои переживания и уникальные особенности личности с основными положениями. Вероятно, они получат новые данные о поведении человека, относящиеся к психологии и другим смежным дисциплинам. В то же время можно ожидать, что изменившиеся условия в мире повлияют на их теории так же, как они повлияли на теории их предшественников. Все ученые, о которых мы писали в этой книге, испытали на себе воздействие событий, происходивших в то время, когда они жили. Влияние первой мировой войны на концепцию Фрейда об агрессивности человека — только один из примеров. Тем не менее, мы полагаем, что философские положения будут оставаться той структурой, на основе которой личностные теории будут создаваться в обозримом будущем.

Теперь посмотрим на теории личности еще с одной точки зрения.

ОЦЕНКА ТЕОРИЙ ЛИЧНОСТИ

В главе 1 мы предложили шесть критериев для оценки теорий личности. Теперь, когда мы завершили наше знакомство с теориями, представленными в этой книге, будет уместно рассмотреть, как подходы, предложенные Фрейдом, Адлером, Эриксоном, Бандурой, Келли, Роджерсом и другими, соотносятся с этими критериями. Мы не будем пытаться сделать здесь исчерпывающий анализ, а просто бегло оценим основные теоретические направления по каждому критерию. Таким образом,

Таблица 12–1. **Позиции персонологов по шести главным критериям для оценки теорий личности. (Высокий, средний и низкий уровни показывают, насколько теория соответствует обсуждаемому критерию.)**

	НИЗКИЙ	СРЕДНИЙ	ВЫСОКИЙ
Верифицируемость	Фрейд, Адлер, Эриксон, Олпорт, Келли	Маслоу	Скиннер, Бандура, Роджерс
Эвристическая ценность	Олпорт, Келли	Адлер, Маслоу, Эриксон	Фрейд, Скиннер, Бандура, Роджерс
Внутренняя согласованность		Фрейд, Олпорт	Адлер, Эриксон, Скиннер, Бандура, Келли, Маслоу, Роджерс
Экономность		Фрейд	Адлер, Эриксон, Скиннер, Бандура, Олпорт, Келли, Маслоу, Роджерс
Широта охвата		Эриксон, Скиннер, Бандура, Олпорт, Келли, Маслоу	Фрейд, Адлер, Роджерс
Функциональная значимость	Олпорт, Келли	Адлер, Эриксон, Бандура	Фрейд, Скиннер, Маслоу, Роджерс

читатель сможет сравнить актуальный статус ведущих направлений, представленных в этой книге. Мы используем трехуровневую оценку каждого направления по этим шести критериям. *Высокий* уровень показывает, что теория очень хорошо отвечает данному критерию; *средний* уровень означает, что теория удовлетворяет критерию до определенной степени; *низкий* уровень предполагает, что теория не соответствует критерию. Суммарный показатель каждой теории по всем категориям приведен в табл. 12–1. Не нужно говорить, что рейтинг приблизителен и отражает субъективные, но, надеемся, компетентные суждения.

Верифицируемость

Критерий верифицируемости требует, чтобы теория содержала концепции, которые ясно и точно определены, логически связаны между собой и поддаются эмпирической проверке. В этой связи возникает вопрос: можно ли в принципе теоретические концепции проверять эмпирическим путем? Хотя теории личности в целом не очень хорошо отвечают данному критерию, между ними существуют значительные различия.

В установленных нами границах позиции Скиннера, Бандуры и Роджерса по верифицируемости можно оценить как высокие, особенно Скиннера, так как его

концепции и отношения между ними точно определены. Для проверки его положений проведено множество экспериментов и накоплено огромное количество фактических данных. В поддержку основных концепций социально-когнитивной теории Бандуры также получено значительное количество эмпирических данных. Ее строгие формулировки несомненно позволят выдвигать проверяемые гипотезы и в будущем. И наконец, Роджерс сформулировал теоретические концепции для объяснения ряда сложных феноменов (например, «Я», рост личности, влияние психотерапии на личностные изменения) — концепции, которые много раз эмпирически проверялись и подтверждались. Хотя теория Роджерса дает возможность для выдвижения экспериментальных гипотез, некоторые из его концепций, такие как «тенденция актуализации», «полноценное функционирование» и «организмическое переживание», слишком расплывчаты для эмпирической проверки.

Гуманистическая теория Маслоу удовлетворяет критерию верифицируемости в умеренной степени. Из его фундаментальных концепций, подвергавшихся эмпирической проверке, можно упомянуть иерархию потребностей, вершинные переживания и самоактуализацию. Теория Маслоу также послужила стимулом для создания адекватного метода оценки уровня актуализации, на основе самоотчета. К сожалению, для Маслоу характерны нечеткие формулировки. В результате эмпирические доказательства в поддержку его теории нельзя считать очень основательными.

Позиции Фрейда, Адлера, Эриксона, Олпорта и Келли лишь в малой степени удовлетворяют критерию верифицируемости. Хотя может показаться, что эти теории сформулированы очень ясно, все они состоят из глобальных конструктов (например, структурные концепции Фрейда, творческое «Я» Адлера, эпигенетический принцип Эриксона, проприум Олпорта, основной постулат Келли), которым трудно дать рабочие определения. Поэтому эмпирические исследования обычно трудны, если вообще возможны. В защиту этих теоретиков можно сказать, что они действительно разработали оригинальные теории, чтобы объяснить как стабильные, так и динамические характеристики поведения человека. Тем не менее, их основные концепции таковы, что мы не можем эмпирически оценить все их достоинства.

Эвристическая ценность

Критерий эвристической ценности имеет отношение к тому, в какой степени теория непосредственно стимулировала исследования. Мы используем этот критерий не в глобальном смысле, как ответ на вопрос, насколько теория завладела вниманием общественности; скорее он ограничивается тем, проводились ли фактически исследования, поводом для которых были гипотезы, вытекающие из теории. Иначе говоря, эвристическая ценность теории — это ее способность стимулировать исследовательскую деятельность в пределах широкой области изучения личности. И наоборот, критерий верифицируемости отражает то, в какой мере гипотезы можно извлечь из теории и насколько они, после эмпирической проверки, поддерживают главные положения теории.

Теории Фрейда, Скиннера, Бандуры и Роджерса довольно хорошо удовлетворяют критерию эвристической ценности. Хотя исследования, касающиеся

психодинамической теории Фрейда, не могут безоговорочно доказать его концепции (так как верифицируемость теории низка), он вдохновил многих ученых, показав им, в каком направлении можно проводить исследования, чтобы улучшить наши знания о поведении. Буквально тысячи исследований были подсказаны теоретическими утверждениями Фрейда. Скиннеровская концепция оперантного научения, как указывалось ранее, четко определена и поддается исследованию. Скиннер оказал огромное влияние на исследовательскую деятельность ученых во многих дисциплинах. Теория Бандуры также повлияла на работу психологов в разнообразных областях (например, полоролевое развитие, помогающее поведение, самоэффективность), причем группы испытуемых состояли из людей самого разного возраста. Возможно, мы увидим рост ее эвристической ценности для профессионалов в других дисциплинах в будущем. Теория Роджерса также послужила основой для активной исследовательской деятельности, особенно в области психотерапии, причем сам Роджерс провел первую практическую работу в этой сфере. Его теория также вызвала к жизни многочисленные исследования связи между самонесоответствиями и негативными эмоциональными переживаниями.

О теориях Адлера, Эриксона и Маслоу можно сказать, что они получают среднюю оценку по этому критерию. Теория Адлера недавно оказалась в фокусе внимания в связи с возросшим интересом к проверке идеи о влиянии порядка рождения на формирование личности, а также попыткой создать надежную и валидную единицу измерения социального интереса. Адлер также прямо или косвенно повлиял на таких выдающихся персонологов, как Роджерс, Маслоу и Роттер. Тем не менее, многое в его теории остается непроверенным, и в настоящее время ее эмпирическая поддержка не очень основательна. В свою очередь, рассуждения Эриксона, связанные со стадиями развития эго, особенно концепции идентичности и интимности, стимулировали некоторые эмпирические исследования. Использование Эриксоном психоанамнеза для изучения жизни политических, религиозных и литературных деятелей также повлияло на других исследователей, как в сфере психологии, так и вне ее. Однако многие его концепции очень абстрактны, поэтому их трудно превратить в рабочие гипотезы, которые можно проверить. И наконец, теория Маслоу послужила стимулом для исследования самоуважения, вершинного переживания и самоактуализации. Теория Маслоу оказала влияние не только на исследователей в области персонологии, но также и в сфере образования, менеджмента и здравоохранения. Хотя мы восхищаемся эвристической ценностью работ Маслоу, но факт остается фактом: многие его концепции определены нечетко и поэтому трудны для проверки.

Теории Олпорта и Келли плохо отвечают критерию эвристической ценности. Нельзя сказать, что эти теории не стимулировали воображение людей, конечно, они делали это. Например, трудно читать Олпорта, не думая о том, как мы описываем других (черты личности), или Келли, не думая о нашем собственном мышлении (конструкты). Более того, акцент Олпорта на идеографический подход в изучении личности и разработка Келли Реп-теста для оценки личностных конструктов повлияли на работу других ученых в области персонологии. Тем не менее, ни одно из этих направлений не дало повода к современным эмпирическим исследованиям в сфере личности. Несмотря на другие несомненные достоинства, теории Олпорта и Келли имеют относительно низкую эвристическую ценность в наши дни.

Внутренняя согласованность

Внутренняя согласованность подразумевает, что теория должна логически последовательно объяснять те феномены, которые она рассматривает. К тому же, отдельные компоненты теории должны быть совместимы друг с другом. Как мы замечали в главе 1, большинство теорий личности достаточно хорошо отвечают этому критерию.

С точки зрения внутренней согласованности, теории Адлера, Эриксона, Скиннера, Бандуры, Келли, Маслоу и Роджерса получают высокую оценку. Позиция каждого из этих теоретиков по основным положениям о природе человека позволила ему разработать систему теоретических концепций, объясняющих поведение человека разумным образом. Мы можем не соглашаться с объяснением поведения, которое дает любая из этих теорий, но не можем не признать его соответствия другим концепциям данного теоретика.

Из всех теорий, представленных в этой книге, кажется меньше всего этому критерию отвечают теории Фрейда и Олпорта, их лучше всего оценить как имеющие умеренную внутреннюю согласованность. Относительно Фрейда общеизвестно, что природа его теории позволяет объяснять в значительной степени разные типы поведения одной и той же концепцией или одинаковое поведение — разными концепциями. Например, всегда ли то, что вы вовремя показываетесь своему аналитику, является признаком хорошей мотивации в терапевтическом процессе или это проявление компульсивности, заложенное в анальной стадии развития? Такой разброс объяснений предполагает далеко не идеальную внутреннюю согласованность. В случае с Олпортом акцент на идеографический подход предполагает, что набор общих черт для объяснения поведения людей все же необходимо уточнить. Эта проблема в сочетании с неоднозначными взаимоотношениями черт личности и проприума в теории мешает определить, насколько последовательно можно объяснить поведение человека с позиций направления Олпорта. Но в целом можно сказать, что ни одна из теорий личности не является несовершенной по этому критерию — действительно все направления, представленные в этой книге, могут считаться удовлетворительными по внутренней согласованности.

Экономность

Идея экономности состоит в том, чтобы предпочитаемое теоретическое объяснение психических явлений требовало как можно меньше концепций — чем меньше концепций, тем экономичнее теория. Критерий экономичности также включает в себя простоту — чем проще теоретическое объяснение, тем более экономична теория. В целом, экономичная теория привлекает для объяснения поведения человека необходимое количество концепций необходимой сложности. Принимая во внимание природу и крайнюю сложность явлений, которые теоретики личности пытаются объяснить, их теории прекрасно отвечают этому критерию.

Позиции Адлера, Эриксона, Скиннера, Бандуры, Олпорта, Келли, Маслоу и Роджерса можно оценить как хорошо удовлетворяющие критерию экономности. Адлеровская теория чрезвычайно экономична в том смысле, что ограниченное число стержневых концепций поддерживают всю теоретическую систему. Это же

относится и к Эриксону: личность описана в терминах психосоциального кризиса и восьми главных стадий развития эго. У Скиннера используется небольшое количество концепций, сила которых состоит в том, что все они сосредоточены на наблюдаемом поведении. В теории Бандуры тоже сравнительно немного концепций, и все они большей частью связаны с феноменом когнитивно-социального научения, который он пытается объяснить. И в теории Олпорта относительно немного достаточно ясных концепций, которые, возможно за исключением проприума, не кажутся слишком сложными для описания функционирования человека. Теория Келли также экономична с ее основной концепцией конструкта, изящно вписывающейся в когнитивную сферу, к которой он обращается. То же и у Маслоу — его концепция иерархии потребностей при своем ограниченном количестве уровней тем не менее соответствует сложности проблемы мотивации человека и не слишком абстрактна. И наконец, теория Роджерса оказывается почти уж слишком экономичной, включив все мотивы в один мотив достижения совершенства (тенденция актуализации) и объединив все возможные защитные стратегии в две основные формы защиты (искажение восприятия и отрицание), что, конечно, не мешает феноменологическому направлению удовлетворять данному критерию.

Теория Фрейда оценивается как умеренно удовлетворяющая критерию экономичности. Существует определенная проблема с количеством концепций, которые он выдвигает, при том что некоторые из них действительно являются очень экономичными и убедительно объясняют личностную динамику. Например, многие аспекты конфликта человека можно объяснить в терминах взаимодействий ид—эго—суперэго. Все же на фоне современной психологии теория Фрейда выглядит слишком сложной вследствие его усилий дать объяснение фактически всем без исключения аспектам личности человека. К тому же теория обращает на себя внимание своим повышенным вниманием к сексу и агрессии как единственным движущим силам поведения. По этим причинам она является теорией, которой не хватает экономичности. Однако это небольшой недостаток по сравнению с тем огромным влиянием, которое оказал Фрейд на человеческое мышление.

Широта охвата

Широта охвата относится к диапазону и многообразию явлений, охватываемых теорией. В сущности, чем более разносторонней является теория личности, тем больше аспектов поведения она затрагивает. Конечно, в этой книге мы рассматривали теории, имеющие как минимум разумную широту охвата. В то же время по большей части у нас сейчас нет теорий личности, которые непосредственно обращались бы ко всем значительным аспектам функционирования человека. Причиной тому является наличие определенных предпочтений у всех теоретиков: исходные положения о природе человека отчасти заставляют их сосредоточиться на определенных аспектах поведения человека и преуменьшать или даже отрицать другие. Конечным результатом является то, что большинство личностных теорий имеют «фокус применимости» (термин Келли) — сферу поведения человека, которую они объясняют очень хорошо. Вследствие этого, большинству теорий не хватает всесторонности, так как они не описывают и не интерпретируют адекватно те аспекты поведения, которые находятся вне их фокуса применимости.

Тем не менее, теории Фрейда, Адлера и Роджерса можно оценить как хорошо удовлетворяющие критерию всесторонности. Фрейд разработал теоретическую систему, которая в этом отношении является выдающейся, охватывая огромный диапазон и многообразие поведенческих феноменов. Психические расстройства, сны, юмор, бессознательная мотивация, смерть, творчество, оговорки и опечатки, забывчивость, брак, инцест, мифы и сказки, война и социальные табу — все это можно объяснить в рамках психоанализа. Несомненно, его теория является самой всесторонней концептуальной системой, когда-либо сформулированной персонологом. Теория Адлера практически соперничает с фрейдовской в этом отношении, охватывая широкий диапазон явлений, таких как этиология психических расстройств, семейные взаимоотношения, психическое здоровье, и многочисленные методы, с помощью которых политические, образовательные и религиозные институты влияют на развитие личности. Однако, как и фрейдизм, направление Адлера несколько ограничено в смысле своей мотивационной основы. И наконец, многое из того, что сейчас известно о личности человека, можно объяснить в рамках теории Роджерса. Исходным источником для Роджерса был его опыт психотерапевта. Являясь таковым, он создал направление, которое объясняет происхождение патологического поведения и предлагает терапевтические средства его лечения. К тому же, его теория преуспела в объяснении того, как Я-концепция и внутренний мир субъективных переживаний воздействуют на поведение, каковы условия, позволяющие людям реализовать свой потенциал, как можно улучшить методы обучения на всех уровнях, и даже как снизить глобальные разногласия и достичь мира на Земле. Однако всесторонность теории ограничена отсутствием детального объяснения того, как культурные факторы влияют на аномальное и нормальное развитие личности.

Остальные шесть теоретических направлений, обсуждавшихся в этой книге, можно оценить как умеренно отвечающие критерию всесторонности. Например, теория Эриксона ориентирована на широкий круг явлений, как нормальных, так и аномальных, но его сосредоточенность на восьми стадиях развития эго неизбежно ограничивает ее диапазон. Скиннер намеренно подчеркивал простые элементы в поведении, и сначала его теория, основанная на экспериментах с животными, имела очень ограниченные возможности. Однако с годами Скиннер развил свои концепции и распространил их на более широкие сферы поведения человека, включая расстройства поведения, образование, промышленность и реформу юридической системы. Как следствие, его теория имеет сейчас намного большую широту охвата, чем это было в начале. Теория Бандуры демонстрирует относительно полный анализ социально-когнитивных переменных, ответственных за усвоение, сохранение и модификацию агрессивного поведения. Более того, его концепция научения через наблюдение расширила наши знания о том, как усваиваются расстройства поведения, как происходит развитие речи и как можно успешно использовать самоподкрепление в модификации поведения. Другие жизненно важные темы современности, которые активно изучал Бандура, включают в себя нравственное поведение, отсрочку удовлетворения и осознанную самоэффективность. Однако теория Бандуры все еще находится в процессе развития, и мы можем не без основания ожидать, что в будущем ее разносторонность возрастет.

Теория Олпорта сосредоточена на здоровом функционировании и относительном исключении психопатологии, а его объяснение различных стадий развития

проприума сформулировано в весьма общих терминах. К тому же теория ограничена в том смысле, что она признает влияние окружения на развитие личности, но не уточняет, каким образом оно влияет на функционирование. Таким образом, его теоретическое направление не удовлетворяет критерию всесторонности. Теория Келли, в свою очередь, изначально когнитивно ориентирована и в результате дает довольно одностороннюю трактовку личности, которая высвечивает рациональность человека, но принижает роль иррациональных мыслей и желаний, которые иногда контролируют его функционирование. Более того, направление Келли стремится отрицать роль ситуации в выстраивании поведения. Теория личностных конструктов является не очень разносторонней, хотя у нее есть возможность вобрать в себя гораздо больше явлений, чем сейчас. Маслоу обращается к вопросу личностного роста и развития людей. Хотя такой акцент необходим в современной психологии, к сожалению, его теория не дает точных переменных, которые контролируют проявление и модификацию явлений самоактуализации. Теория также не дает основы для интерпретации многообразия аномальных явлений. Следовательно, гуманистическое направление Маслоу несколько ограничено и в диапазоне, и в разнообразии психологических процессов, которые оно может включить в свою структуру.

Функциональная значимость

Для людей, стоящих в стороне от основных течений академической психологии, вероятно, самым важным способом оценки персонологического направления будет оценка с позиций применимости к их практическим нуждам. Критерий функциональной значимости имеет отношение как раз к этому вопросу, то есть к тому, насколько теория позволяет понять поведение человека в повседневной жизни. Вероятно, существует некая связь между функциональной значимостью и «различимостью» теории для людей, не являющихся специалистами в области психологии. Если теория способна помочь людям либо понять, либо преодолеть свои проблемы, она обычно приобретает известность среди людей других специальностей, что, в свою очередь (несмотря на другие научные достоинства и недостатки), повышает ее ценность как в психологии, так и вне ее.

Теории Фрейда, Скиннера, Маслоу и Роджерса имеют исключительно высокую прикладную ценность. Теория Фрейда особенно примечательна в этом отношении. Психодинамические концепции (например, вытеснение, эго, комплексы Эдипа и Электры) стали частью словарного запаса почти каждого образованного человека, бессчетное число людей испытали на себе действие некоторых форм психоаналитической терапии, теория Фрейда применялась для описания поведения человека во многих различных дисциплинах (например, антропология, история, экономика, литература), и, без преувеличения, психоанализ сформировал новое представление о человеке в XX столетии. Короче говоря, психодинамическая теория демонстрирует выдающуюся функциональную значимость. Концепции Скиннера также были применены к ряду значительных проблем, стоящих перед людьми, с перспективой воздействия на общество в целом. Функциональная значимость теории наиболее очевидна сейчас в областях психопатологии и образования. Фактически существует немного областей психотерапии или обучения, где

скиннеровская теория не применялась бы. Гуманистические формулировки Маслоу имели решающее влияние на огромный интерес, проявляемый сегодня к личностному росту и креативности. Его идеи находят сейчас особенно широкое применение в современных программах воспитательного и учебного консультирования, а также в различных программах по менеджменту. Теория Роджерса в равной степени имеет большую прикладную ценность. Ее концепции применялись в таких разнообразных областях, как аудиторное обучение, управление, расовые отношения, семейные отношения и политика. Взгляды Роджерса на терапию также имели решительное влияние на консультирование и движение за психическое здоровье населения.

Позиции Адлера, Эриксона и Бандуры оцениваются как имеющие умеренную функциональную значимость. Адлер построил очень практичную теорию личности, но все же (особенно отчетливо это видно при сравнении с теорией Фрейда), его концепции не имели большого влияния вне области психотерапии, образования и взаимоотношений родитель—ребенок. Идеи Эриксона находят отражение во многих дисциплинах, но его теория психосоциальных стадий и кризисов, отмечающих развитие личности, не оказала большого влияния на практику, за исключением таких областей, как возрастная психология, профессиональное консультирование и социальная работа. Теория Бандуры нашла применение в нашем понимании человеческой агрессии вообще и влияния поведения моделей (например, родителей, телевидения и фильмов) на агрессивность в частности. Во многом его теория имеет важное значение для контроля над преступностью. Обширные исследования по самоэффективности также внесли значительный вклад в лечение разнообразных бихевиоральных расстройств. Не следует забывать, что его социально-когнитивное направление все еще развивается и может достичь своей полной реализации в смысле функциональной значимости.

Позиции Олпорта и Келли следует оценить как слабо удовлетворяющие критерию функциональной значимости. Хотя некоторые из концепций Олпорта кажутся очень «прикладными» (например, черты личности и саморазвитие), они практически не используются за пределами психологии. Также и идеи Келли, как бы увлекательны и новы они ни были, не оказали ощутимого влияния на другие дисциплины и не внесли достойного вклада в разрешение социальных проблем. Однако в случае Келли невозможно отказаться от мысли, что его концепции и методы оценки (например, Реп-тест) могли бы иметь большее позитивное влияние, если бы большее число людей в области психологии приняли их.

Теперь давайте обсудим, в каких направлениях пойдет в будущем психология личности, какие эмпирические вопросы вероятнее всего привлекут серьезное внимание и какие исследовательские стратегии будут использоваться для изучения поведения людей.

НАСТУПЛЕНИЕ ЭРЫ ПЕРСОНОЛОГИИ

Развитие персонологии как настоящей научной дисциплины является продуктом XX столетия (конечно, зародилась она гораздо раньше). За исключением теорий Фрейда, Адлера и еще нескольких выдающихся теорий психодинамической ориентации (например, теории Юнга и Фромма), которые достигли расцвета в первой

Таблица 12–2. **Исторический период, в течение которого были созданы теории личности**

Теоретики личности	1890 1930 1940 1950 1960 1970 1980 1990	
Фрейд	(1890 — 1939)	Психодинамическая теория
Адлер	(1907 — 1937)	Теория индивидуальной психологии
Юнг	(1913 — 1961)	Теория аналитической психологии
Эриксон	(1950 — 1975)	Психосоциальная теория
Фромм	(1941 — 1965)	Гуманистическая психоаналитическая теория
Хорни	(1937 — 1973)	Социокультурная психоаналитическая теория
Олпорт	(1937 — 1961)	Теория черт личности
Кеттел	(1946 — 1990)	Структурная теория черт личности
Айзенк	(1947 — 1990)	Теория типов личности
Скиннер	(1938 — 1985)	Бихевиорально-научающая теория
Бандура	(1959 — 1990)	Социально-когнитивная теория научения
Роттер	(1947 — 1982)	Теория социального научения
Келли	(1955 — 1965)	Когнитивная теория
Маслоу	(1950 — 1970)	Гуманистическая теория
Роджерс	(1951 — 1975)	Феноменологическая теория

трети нашего столетия, только в течение последних пятидесяти или около того лет появились основные модели функционирования личности (табл. 12–2). Следует также отметить, что некоторые из теоретиков, чьи взгляды мы обсуждали в этой книге (например, Бандура, Кеттел и Айзенк), все еще активно принимают участие в изучении поведения человека. Следовательно, психология личности — очень молодая область исследований. Но с возрастом, как принято считать, приходит мудрость. Менее чем за пять десятилетий персонология достигла «совершеннолетия», заявив о себе как о жизнеспособной и обширной области исследований. Несомненно, бурная научная деятельность в персонологии указывает на растущее осознание того, что наиболее настоятельные проблемы человечества находятся в нем самом; они касаются жизни человека и его реальных взаимоотношений со значимыми другими. В самом деле, понимание человеческого поведения — тайны сексуальности, агрессии, конфликта, межличностных отношений и так далее — стало непременным условием для выживания нашего рода. Гарднер Мэрфи красноречиво выразил значимость изучения личности для нашей жизни, когда писал:

> Недостаток знания о людях — это не пустая, а главная угроза жизни. Недостаток знаний о личности, возможно, является стержневым вопросом, который наиболее важен для нас сегодня — вопросом понимания, чем может стать человек при новой расстановке социальных сил [Murphy, 1968, p. 38].

Это утверждение, сделанное более чем два десятилетия назад, как нельзя более актуально сейчас. Без такого знания, прочно закрепленного в эмпирических исследованиях, человеческий род может не выжить.

Ценность альтернативных направлений

Вообще говоря, какими бы ни были формальные несовершенства и недостатки различных теоретических направлений, представленных в этой книге, мы полагаем, что темы, находки и исследовательские открытия, содержащиеся в них, будут иметь заметное влияние на концепции поведения человека в обозримом будущем. Иначе говоря, *теоретический и эмпирический прогресс в области личности будет основываться непосредственно на достижениях персонологов прошлого и настоящего*. Это не означает, что нам не следует критиковать существующие подходы, гипотезы, методы и эмпирические данные, которые составляют эту дисциплину. Это также не означает, что будущие исследования будут точной копией настоящих. Наоборот, как показала краткая история персонологии, фактически нет предела разнообразию теоретических моделей человечества, которые могут изобрести ученые! Сколько умов, столько и альтернативных концепций человека. В свою очередь, в будущем, вероятно, возникнут новые концепции и направления. Однако, хотя теории личности, подобно кратковременным капризам моды, могут приходить и уходить, проблемы, которые стояли перед нашими теоретиками, будут постоянно привлекать серьезное внимание в последующие годы.

Итак, каковы же решающие и настоятельные вопросы современной психологии личности? Можно перечислить восемь таких глобальных вопросов.

1. Как *развивается* личность человека?
2. Что *мотивирует* поведение человека?
3. Как человек приходит к тому, чтобы *думать* и *узнавать* о себе и окружении?
4. Какова природа *социальной* жизни человека?
5. Чем объясняется *уникальность* личности?
6. Каковы основные детерминанты личностного *расстройства*?
7. Каковы определяющие характеристики психически *здорового* взрослого?
8. Почему одни идут в направлении *компетентности* и *зрелости*, а другие — некомпетентности и незрелости?

Это очень сложные вопросы, и, возможно, на них никогда нельзя будет определенно ответить. Все же, для того чтобы очертить будущие направления теории личности, в высшей степени необходимо изучать и понимать каждый из них. Это возвращает нас к первоначальной посылке о том, что творческие теоретики будущего будут опираться на богатое интеллектуальное наследие своих предшественников. Именно это убеждение заставляет непредвзято изучать Фрейда, Юнга, Эриксона, Хорни, Кеттела, Айзенка, Бандуру, Маслоу, Роджерса и других теоретиков, представленных в этой книге. Каждый по-своему внес ценный вклад в понимание переживаний и поведения человека.

Конечно, ни одна теория не может адекватно объяснить все, что мы знаем о личности. Поведение человека настолько сложно и неоднозначно, что трудно

объяснить его в терминах отдельной теории или направления. Поэтому авторы считают самонадеянным допущение, что кто-то может понять личность с помощью только одной теории. Наоборот, мы полагаем, что разные теории могут быть полезны для рассмотрения разных проблем или аспектов. Такая позиция, известная как *эклектизм*, означает, что следует оставаться открытым для различных точек зрения. Эклектическая ориентация также означает, что нам следует рассматривать положения, концепции и методы с различных позиций, а не быть приверженным единственной теории. Большинство, если не все существующие теории личности, несомненно, будут пересмотрены, когда мы получим больше эмпирических данных. Можно также ожидать, что будут предприниматься усилия, направленные на интеграцию теорий и эмпирических исследований, — то есть на создание более общей картины многообразных и сложных явлений, попадающих в поле зрения личности. Однако пока нам следует искать пути, на которых концепции самых различных направлений, даже идеи, кажущиеся противоречивыми, позволят нам лучше понять, что значит быть человеком.

Обоснование эмпирических исследований

В этой книге мы все время представляли исследования, имеющие отношение к эмпирической проверке различных направлений личности. Нашей целью было убедить студентов, изучающих психологию личности в том, что наиболее важная научная функция теории — стимулировать новые исследования. Чтобы это стало возможным, теория должна не только объяснять накопленные факты, но также быть плодородным источником гипотез, которые приведут к расширению наших знаний. Следовательно, если различные теоретические подходы к личности должны быть чем-то большим, чем просто фантастическими или сумасбродными размышлениями о поведении человека, нам нужно представить их в такой форме, чтобы можно было проверять их эмпирически. Вот что составляет сущность научного поиска, отличающую его от здравого смысла или простого высказывания мнений и убеждений. Это также то, что, по нашему мнению, будет определять *конечную научную значимость* современных подходов к человеку, предлагаемых психологией личности. Короче, доступность эмпирической проверке — это не просто техническое достоинство, она крайне важна для установления истинности альтернативных теоретических точек зрения на природу и индивидуальность человека.

Это подводит нас к другому вопросу. Любая теория человеческого функционирования и поведения является просто предварительным утверждением, которое требует постоянного пересмотра, основанного на доказательствах, полученных при проверке его гипотетических постулатов. Теорию нужно сформулировать так, чтобы в ее рамках можно было согласовывать и объединять новые эмпирические данные. Следовательно, для любой теории личности может наступить время, когда она потеряет гибкость и выйдет из употребления. Когда наши туфли изнашиваются, мы заменяем их новой парой. Если мы поправляемся, то покупаем новый ремень. Любое теоретическое направление имеет предел в своей способности расширяться, и когда оно перестанет выполнять свою функцию интеграции новых данных о поведении человека, его следует отвергнуть. Следова-

тельно, теории личности должны иметь возможность для их коррекции в свете новых фактов.

Несмотря на важность понимания существующих теорий, психология личности, можно надеяться, рано или поздно разработает набор теоретических конструктов, достаточно больших, чтобы рассматривать человека в целом, причем удовлетворяющим научную общественность образом. Со времени Фрейда, Адлера, Юнга и других персонология прошла долгий путь, но никто с полным правом не может заявить, что поведение человека познаваемо или что исчерпались плодотворные мысли и исследования. Следующий раздел в общих чертах намечает некоторые гипотетические представления о творческом развитии теоретических представлений и экспериментальных исследований в области персонологии в ближайшем будущем.

НОВЫЕ ПЕРСПЕКТИВЫ В ТЕОРЕТИЧЕСКОМ И ЭМПИРИЧЕСКОМ ИССЛЕДОВАНИИ ЛИЧНОСТИ

Какого рода проблемы и вопросы вероятнее всего привлекут внимание будущих персонологов? Не пытаясь стать пророками, мы предсказываем, что приоритет приобретут исследования в пяти проблемных областях. Каждая область, во всяком случае с нашей, субъективной точки зрения, потребует серьезных творческих и критических разработок, если мы хотим обогатить наше понимание человека.

1. Исследование когнитивных процессов и их взаимосвязь с другими аспектами психологического функционирования

За исключением Келли, Бандуры и Роттера, теоретики, которых мы обсуждали, либо преувеличивали, либо преуменьшали значение когнитивных процессов для понимания функционирования человека. Фрейд утверждал, что все поведение человека можно объяснить в терминах инстинктивных потребностей, ранних детских переживаний и бессознательной мотивации. Скиннер, с другой стороны, полагал, что личность — это наблюдаемое поведение, приобретенное посредством столкновения с окружением. Роджерс, правда, уделял некоторое внимание когнитивным аспектам опыта человека, но делал больший акцент на чувствах или эмоциях, чем на интеллекте. Хотя Адлер, Юнг, Эриксон, Фромм, Хорни, Олпорт, Кеттел, Айзенк и Маслоу признавали важную роль интрапсихических процессов, никто из них прямо не обращался к основному вопросу бытия человека: как люди ассимилируют информацию из внешнего окружения, перерабатывают и сохраняют эту информацию в памяти и потом извлекают ее для того, чтобы использовать адаптивным образом? По мере того, как развивалась психология, становилось ясно, что когнитивные процессы (например, восприятие, память, внимание и решение проблем) являются центральными в понимании функционирования человека. Поэтому в последние годы в персонологии появились обширные и значительные разработки в области когнитивной теории и эксперимента [Canton, Kihlstrom, 1985; Markus, 1983; Mischel, 1976]. Можно сказать, что изучение *когнитивных процессов* (того, как люди перерабатывают информацию, доступную им, и создают

психическую репрезентацию своей реальности) фактически является сегодня доминирующей дисциплиной не только для персонологии, но и для психологии в целом. И по всем признакам исследования когнитивных процессов и объем накопленных данных в этой области будут расти в следующие годы.

Джордж Келли сыграл ключевую роль в разработке когнитивного направления современной персонологии. Он заслуживает особой благодарности за то, что побудил психологов изучать рациональные и интеллектуальные аспекты человеческой психики. Отдавая должное Келли, следует признать, что когнитивная теория социального научения Альберта Бандуры оказалась еще более важным катализатором для возникновения и интенсивного современного развития когнитивного подхода к пониманию личности. Воодушевленные его успешной демонстрацией того, что ключом к научению через наблюдение является способность человека символически представлять наблюдаемое поведение, персонологи теперь начинают исследовать огромные информационные хранилища человека, их организацию и использование в ежедневной переработке информации. Неудивительно, что подходы к личности, которые подчеркивают когнитивную деятельность человека, имеют значительное влияние на клиническую психологию, где «когнитивная терапия» быстро выходит на первое место по популярности [Beck, 1976; Beck et al., 1979].

В центре внимания современных персонологов должны быть различные методы, с помощью которых люди перерабатывают социальную информацию, и взаимоотношения между этими процессами и другими аспектами человеческой психики. Концепция схемы вызывает особый интерес у исследователей личности. *Схема* — это организованная структура знаний об отдельном объекте, концепции или последовательности событий [Fiske, Tailor, 1991]. Иначе говоря, схемы — гипотетические когнитивные структуры, которые мы используем, чтобы воспринимать, организовывать, перерабатывать и использовать информацию о мире. Очень похожие на «личностные конструкты» Келли, схемы полезны, так как они упрощают поток входящей информации и делают наше сложное социальное окружение более контролируемым. К тому же схемы позволяют нам делать прогнозы о людях и событиях, сосредоточивать наше внимание на подходящей информации, не обращая внимания или не придавая значения остальному, и интерпретировать неоднозначную информацию в уже существующие структуры [Fiske, Linville, 1980; Taylor, Crocker, 1981].

Когнитивные психологи утверждают, что каждый человек использует большой и сложный набор схем для осмысления мира. Кроме того, последние достижения в изучении социально-когнитивного процесса предполагают, что схемы дают общую структуру, посредством которой перерабатывается и организуется информация, относящаяся к «Я». *Я-схемы* являются «когнитивными обобщениями о самости, полученными из прошлого опыта, которые организуют и контролируют переработку информации, относящуюся к „Я"» [Markus, 1977, p. 64]. Я-схема состоит из свойств, определяющих «Я», которые мы считаем наиболее репрезентативными по отношению к тому, чем мы являемся. Это включает такую личностно значимую информацию о нас, как наше имя, физические признаки, характерные аспекты наших взаимоотношений со значимыми людьми, осознанные черты личности, мотивы, ценности и цели, которые, как мы считаем, составляют нашу общую Я-концепцию. Следует помнить, что Я-схемы также могут подвергаться изменению по мере того, как мы заново определяем для себя — кто мы и какими бы могли стать в новой ситуации.

Совокупность имеющихся эмпирических данных показывает, что люди перерабатывают информацию, которая релевантна для их Я-схем [Lewicki, 1984; Markus, 1983; Markus, Smith, 1981]. Например, в одном исследовании [Markus, 1977] изучали величину «независимость—зависимость» в Я-схемах. На основе этой начальной фазы исследования (то есть самоотчетов по нескольким личностным опросникам), женщины-испытуемые были классифицированы как имеющие сильную независимую схему, сильную зависимую схему или как асхематичные (те, у кого не было схемы). Через 3–4 недели эти испытуемые участвовали в эксперименте, во время которого им на экране предъявлялись по одному прилагательные, обозначающие черты личности. Прилагательные либо соответствовали схеме (синонимы независимости, например, напористый и индивидуалистичный; или синонимы зависимости, например, робкий и приспосабливающийся) либо не соответствовали схеме (набор прилагательных, обозначающих черты личности, относящиеся к «креативности»). Испытуемый должен был нажать одну из двух кнопок, помеченных «Я» или «Не Я», чтобы показать, подходит прилагательное для его описания или нет. Таймер, соединенный с кнопками, регистрировал, как быстро испытуемые в каждой из трех групп реагировали на каждый из трех типов прилагательных.

Было обнаружено, что испытуемые с сильной независимой схемой быстро нажимали кнопку «Я» в ответ на прилагательные, относящиеся к независимости, но дольше реагировали на прилагательные, относящиеся к зависимости или не соответствующие схеме. Противоположный тип реакций был обнаружен у испытуемых с сильной зависимой схемой, они быстрее реагировали на прилагательные, относящиеся к зависимости, которые характеризовали их. С другой стороны, асхематичные испытуемые не показали различий во времени переработки любого типа слов. Эти результаты явно выступают в поддержку существования Я-схем, так как показывают, что люди перерабатывают информацию быстрее, когда у них есть сильная когнитивная структура, связанная с этой информацией. Эта поддержка в пользу концепции Я-схемы, в свою очередь, поддерживает теорию схемы, которая объясняет относительно стабильные индивидуальные различия в поведении различиями в когнитивных структурах.

Исследования, подобные тому, которое выполнил Маркус, показали, что при переработке информации люди:

- делают быстрые суждения и принимают решения о себе, если вопрос относится к их Я-схеме;
- быстро вспоминают или реконструируют эпизоды из своего прошлого, которые подходят их Я-схеме;
- часто воспринимают других сквозь призму своей собственной схемы;
- отвергают информацию, которая не соответствует их Я-схеме [Cantor, Kihlstrom, 1987].

Эти открытия особенно важны, потому что они поддерживают основной постулат когнитивной парадигмы о том, что переработка Я-релевантной информации контролирует как причины, так и следствия внешнего поведения. Можно также считать, что эти результаты подтверждают идею Роджерса о том, что переживания, не совместимые с существующей Я-структурой, не символизируются или символизируются в сознании искаженно.

Последнее десятилетие характеризовалось значительно возросшим интересом к когнитивному подходу в персонологии [Lazarus, 1984]. Кроме того, одним из самых впечатляющих завоеваний «когнитивной революции» стало широкое распространение этого подхода. Фактически не осталось ни одной сферы поведения человека, где исследователи не рассуждали бы о возможном когнитивном влиянии. Когнитивный аспект искали в таких различных областях, как тревога, депрессия, навязчивость, расстройства речи, сексуальность, искусство и спортивные состязания. Недавние исследования даже заставляют предположить, что когнитивные процессы оказывают существенное воздействие на физическое самочувствие человека [Peterson et al., 1988; Suls, Mullen, 1981]. Как видите, образ человека в когнитивном направлении обещает богатство концептуальных и исследовательских возможностей в ближайшем будущем.

2. Изучение взаимодействия ситуационных факторов и личностных переменных и их относительный вклад в поведение

Хотя большинство персонологов давали разные описания и объяснения поведения, они допускали, что внутренние задатки (или то, что иначе называется *переменные человека)* ответственны за поведение человека и могут адекватно объяснить его. Иначе говоря, главный тезис психологии личности заключается в том, что внешнее поведение отражает действие причинных факторов, лежащих в его основе, которые относительно стабильны во времени и ситуациях. Психодинамическая теория Фрейда является ярким воплощением этой *точки зрения, ориентированной на человека.* Более чем любая другая теоретическая позиция, представленная в этой книге, психодинамическое направление допускает, что поведение человека диктуется стойкими личностными характеристиками, которые берут начало из кризисов в детском возрасте. Диспозициональное направление, представленное здесь в лице трех таких наиболее выдающихся теоретиков, как Олпорт, Кеттел и Айзенк, также в большой степени опирается на положение, что поведение определяется факторами внутри человека. Эти три теоретика, несмотря на их несогласие по поводу природы и количества диспозициональных характеристик, разделяют важное положение о том, что они оказывают причинное влияние на поведение человека во многих ситуациях. В отношении Кеттела нужно отметить, что он не игнорировал влияния специфических ситуаций окружения на поведение. Как вы, вероятно, помните, Кеттел полагал, что каждая черта личности должна оцениваться по ее значимости в определенной ситуации. Тем не менее, концепция глубинных черт личности составляет наиболее важный конструкт в его теории.

В меньшей степени важность интрапсихических структур и процессов также видна в постфрейдовских теориях, таких как теория Юнга (психологические типы), теория Адлера (чувство неполноценности) и теория Хорни (базальная тревога). Эти теоретики, несмотря на различие их подходов, сходились во мнении, что личностные задатки имеют большое влияние на жизненный опыт человека. Келли в своей когнитивной теории концентрируется почти исключительно на переменных человека, его больше всего интересовало объяснение того, как уникальная конструктная система человека влияет на внешнее поведение. Также и феномено-

логическое направление Роджерса склоняется к трактовке переменных человека (стремление к самоактуализации, Я-концепция) как важнейшей движущей силы поведения. Все эти теоретики разделяют положение о том, что личность состоит из глобальных устойчивых задатков, которые определяют поведение в самых разных ситуациях.

Соответственно эти, такие непохожие, персонологи разделяют положение о том, что ситуационные воздействия играют второстепенную роль в формировании и модификации поведения. Все же мы знаем, что люди на протяжении жизни изменяют свое поведение в ответ на изменяющиеся условия окружения. Человек, который женится, изменяется в соответствии с новым статусом; также и человек, который разводится. Приобретение нового статуса и исполнение новых ролей, например, роли студента, родителя, спортсмена и работника также приводит к изменению поведения. Причиной нашего изменения может стать завершение образования, смерть близкого человека, достижения науки и появление новых технологий. Становится очевидно, что по крайней мере какая-то доля нашего поведения регулируется социокультурным контекстом (например, проживание в малонаселенной местности — проживание в переполненном, наводненном наркотиками гетто). Акцент Фромма на социальных, политических и экономических факторах как главных силах, определяющих развитие типа характера, иллюстрирует подход с этих позиций. Теория Эриксона также рассматривает взаимосвязь самости и контекста окружения, но главное внимание теоретика направлено внутрь человека. Позиция Скиннера представляет высшую степень инвайронментализма, он даже не признает организмических или интрапсихических переменных, с которыми могут взаимодействовать ситуационные факторы! И наконец, Бандура, хотя его позиция по положению инвайронментализма значительно менее экстремальна, чем у радикальных бихевиористов, также признает влияние ситуационных переменных на поведение.

Хотя *ситуационно-ориентированная точка зрения*, только что рассмотренная, может показаться обоснованной, возможно даже неоспоримой, большинство персонологов традиционно принижают роль ситуационных компонентов поведения в своих теориях и экспериментальных исследованиях [Gergen, 1982; Veroff, 1983]. Однако не следует забывать: идея о том, что ситуационные переменные более важны для определения действий человека, чем личностные переменные, всегда представлялась несомненной социальным психологам. Тем не менее, факт, что направление исследований в современной персонологии постепенно меняется. А именно, все больше персонологов начинают признавать, что нужно понять влияние различных аспектов окружения на поведение [Blass, 1984; Bronfenbrenner, 1979; Schutte et al., 1985]. Например, был предложен систематизированный подход к пониманию ситуаций, который привлек внимание персонологов. Его автор Моос считает, что в формировании поведения людей играют решающую роль шесть общих характеристик окружения [Moos, 1973, 1976]. Эти характеристики: 1) экология, 2) поведенческое окружение, 3) организационная структура, 4) характеристики людей в ситуации, 5) осознанный социальный климат и 6) функциональные и подкрепляющие качества. Очевидно, возможны и многие другие системы, с помощью которых можно изучать поведение человека в связи с социальным и физическим окружением. Несомненно одно: интерес персонологов к тому, как окружение влияет на действия людей, значительно возрос в последние годы [Canton et al., 1982]. В результате, мы

знаем гораздо больше, чем когда-то, о том мощном влиянии, которое окружение оказывает на людей, живущих и действующих в нем.

Хотя любой жизнеспособный подход к изучению человека должен учитывать влияние ситуаций, сосуществующих одновременно вне его, следует также признать, что диспозициональные качества так или иначе присутствуют в объяснении поведения, претендующем на полноту. Иначе говоря, поведение определяется переменными человека, ситуацией и их взаимным влиянием друг на друга. Тезис о том, что поведение является функцией от взаимодействия человека и окружения, становится все более популярным в психологии личности [Houts et al., 1986; Pervin, 1978; Snyder, Ickes, 1985]. Обычно описываемый как *интеракционистский подход*, он нигде так не очевиден, как в концепции Бандуры о взаимном детерминизме. В соответствии с версией интеракционизма у Бандуры, человек, ситуация и поведение входят в состав взаимозависимой и динамичной системы причин и следствий. В теории социального научения Роттера также предполагается, что объяснение поведения человека требует понимания взаимодействия людей со значимым для них окружением.

С позиций интеракционизма личность объясняется как гипотетический конструкт, который «относится к особым формам поведения (включая познание и эмоции), которые характеризуют адаптацию каждого индивида к ситуациям своей жизни» [Mischel, 1976, р. 2]. Более того, переменные человека представляют собой весь прошлый опыт, закодированный в центральной нервной системе, который помогает индивиду эффективно справляться с требованиями современной жизни. Ситуационные переменные, с другой стороны, представляют собой условия окружения, в котором осуществляется поведение человека и которое ощутимо влияет на него. Последующая реакция может колебаться от мысли или эмоции до какого-то внешнего действия. С точки зрения интеракционистского направления, считается, что у человека имеется способность в значительной мере осуществить выбор того окружения, в которое он входит, и того поведения, которое он выстраивает. Этот динамический подход к пониманию того, как человек и окружение постоянно и обоюдно влияют друг на друга, дает объяснение сложности поведения, очень отличное от того, что предлагается подходами, ориентированными на человека или на ситуацию.

Существует много различных версий интеракционизма [Ozer, 1986]. Тем не менее все больше исследователей соглашаются, что интеракциональная модель личности дает самую лучшую систему для адекватного объяснения поведения человека [Emmons et al., 1986; Endler, 1981]. В частности, данный подход применим для определения того, в какой степени сложное поведение регулируется интеракциями, которые зависят и от ситуационных переменных, и от задатков. Интеракциональная модель как минимум представляет очень нужную поправку в области психологии, которая до этого сосредоточивалась на индивиде в целом, часто игнорируя взаимные связи между человеком и постоянно меняющимися условиями его жизни. Более того, интеракционистский подход должен расширить наши представления о том, в каких ситуациях решающую роль в выстраивании поведения играют личностные характеристики, а в каких они не играют никакой роли. И наконец, интеракционистское направление должно способствовать развитию теоретических конструктов, которые будут более адекватно характеризовать общую экологическую ситуацию человека, так, чтобы ее можно было принять во

внимание в объяснении и прогнозе поведения [Bronfenbrenner, 1979; Jergen, 1982]. Недавно, например, такие термины, как «ролевые задатки», «интерперсональные реактивные системы», «ситуационные прототипы» и «поведенческое окружение» прокрались в лексику персонологов.

Итак, мы полагаем, что в будущем направления психологических исследований, которые рассматривают человека и окружение, «придут к согласию» друг с другом через взаимный компромисс. Например, Мэри Джоунс будут рассматривать не только с позиций структуры ее Я-концепции и личностной динамики, как ее традиционно изучали в прошлом, но также как председателя комитета, потребителя товаров, отпускницу, школьного администратора и прихожанку. Вместо того, чтобы описывать ее как одного человека с множеством профессиональных и социальных ролей, ее будут изучать дома, на работе, на территории колледжа, в супермаркете и в церкви. Короче говоря, попытки понять Мэри Джоунс будут отражать признание того, что многие важные аспекты ее поведения не только влияют на то, как меняется ее жизненная ситуация, но также в большой степени зависят от обоюдных отношений или интеракций между ее уникальными личностными особенностями и ситуацией. Конечно, вопрос о том, как переменные человека и ситуационные факторы взаимодействуют в процессе выстраивания поведения, является спорным и требует привлечения новых исследовательских стратегий. Этому насущному эмпирическому вопросу, по всей вероятности, в следующие годы будет уделено значительное внимание.

3. Изучение нейрофизиологических, биохимических и генетических основ личности

По всей вероятности, современный этап развития науки будет отмечен как век биологии и как период, когда достижения поведенческой генетики, биохимии и нейрофизиологии повлияли на значительные и решающие изменения теоретических конструктов и методов психологического исследования. Все же, за исключением Фрейда, Кеттела, Айзенка, Маслоу и Роджерса (единственных пяти теоретиков, упомянутых в этой книге, которые действительно признают и подчеркивают биологическую основу поведения), персонологи традиционно только на словах признавали изучение нейрофизиологических, биохимических и генетических компонентов поведения человека. К счастью, большинство персонологов сегодня согласны, что индивидуальные различия частично коренятся в биологических процессах и генетической предрасположенности [Rowe, 1989]. По мере увеличения наших знаний о биологической основе поведения и психических процессов в сочетании с развитием сложных исследовательских проектов, кажется, сопротивление пониманию личности в терминах биологии и генетики будет сломлено.

В соответствии с только что отмеченной тенденцией, мы получаем все больше данных, заставляющих предположить, что генетические факторы в состоянии объяснить существенную часть индивидуальных различий. В последнее время увеличивается количество исследований, сосредоточенных на изучении наследственности черт личности [Loehlin et al., 1987; Plomin, 1989; Rushton et al., 1986; Tellegen et al., 1988]. Многие из этих исследований подтверждают предположение о том, что различия черт личности (например, эмоциональность, общительность,

активность и импульсивность) в значительной мере обусловлены наследственной предрасположенностью. Также предпринимаются все более ощутимые попытки создать новые теории, учитывающие биологическую основу социального поведения. Заслуживающим внимания примером является *социоаналитическая теория* психолога Роберта Хогана [Hogan, 1982]. Соединив социобиологию, психоаналитическую теорию и символический интеракционизм, он утверждает, что существуют две поразительные черты эволюции человека. Первая — люди всегда жили в социальных группах. Вторая — эти группы всегда были организованы иерархически. Более того, Хоган предположил, что люди генетически предрасположены к тому, чтобы жить вместе и формировать и сохранять иерархическую структуру. Социоаналитическая теория Хогана — это только один из примеров творческих достижений, сделанных в психологии личности, объединенной с биологией.

Исследователи-персонологи будущего вряд ли смогут игнорировать накопленные в настоящее время данные, предполагающие, что многие проявления личности связаны с биологическими и генетическими факторами. Мы утверждаем, что те исследования, которые стремятся связать особенности личности с функционированием нервной системы (возможно, с использованием электрофизиологических и других методик), будут способствовать прогрессу в этой области. В частности, исследования, касающиеся связи биохимических и нейрофизиологических процессов с психологическим функционированием (познание, эмоции, ощущения), явно заслуживают самого пристального внимания. К тому же исследователи должны будут дать логически последовательное объяснение значения биологических механизмов для развития, поведения и опыта человека [Buss, 1984; Wilson, 1978]. Такое объяснение неизбежно приведет к созданию новых конструктов в теории личности. Прогресс в исследовании личности будет, таким образом, осуществлен в двух направлениях: 1) эмпирическое изучение биохимических и генетических основ поведения и 2) развитие концептуальных схем, которые более адекватно объяснят биологическое наследие индивида и то, как оно влияет на различные формы поведения, обычно связываемые со сферой личности (например, агрессия, привязанность, альтруизм, темперамент и умственные способности). Конечно, какой-то прогресс в этом направлении уже достигнут в результате усилий Айзенка связать личностные характеристики со специфическими структурами или функциями мозга. Его объяснение биологической основы личности иллюстрирует еще один шаг на пути понимания роли биохимии и генетики в поведении человека.

4. Изучение развития личности в среднем и старшем возрасте

Приблизительно одна четверть нашей жизни тратится на то, что мы взрослеем, и три четверти — на то, что мы стареем. Поэтому странно, что персонологи уделяют так много внимания изучению детства и юности [Sarbin, 1986]. Два положения лежат в основе этого акцента на изучении развития ребенка и подростка и частично объясняют его: 1) формы поведения взрослых прочно устанавливаются в раннем возрасте и 2) отношение родителей в ранние годы жизни является существенным фактором формирования личности. В обоих этих положениях ясно видно устойчивое влияние фрейдовской психосексуальной теории. Существует ряд дру-

гих направлений персонологии, где также подчеркивается, что фундамент стиля жизни взрослого формируется в детстве и основан на взаимоотношениях родитель—ребенок. Адлер, Хорни, Фромм и Роджерс — все так или иначе придерживаются подобной точки зрения. Далее очевидно, что дети и подростки являются более доступными испытуемыми, и с ними легче работать, чем с людьми более старшего возраста — например, легче собрать и протестировать студентов 1-го курса колледжа, чем 45-летних бизнесменов. Тем не менее, некоторые выдающиеся персонологи, особенно Эриксон, Олпорт и Маслоу, убедительно заявляли, что дети и подростки суть «незаконченные» личности. Эриксон заслуживает особой похвалы за то, что заставил нас осознать наличие разного рода препятствий, всегда мешающих развитию личности вплоть до того момента, когда смерть завершает жизненный цикл. Его формулировка психосоциальных кризисов, присущих всем периодам человеческой жизни, вдохновила психологов на пересмотр традиционных убеждений относительно личностного роста и изменений во взрослой жизни.

В последние два десятилетия наблюдался резкий подъем интереса к изучению возрастных изменений, вызванных процессом старения [Perlmutter, Hall, 1985; Schaie, 1985]. В частности, появились исследования, относящиеся к физическим, сенсорным, гормональным и когнитивным изменениям, обусловленным возрастом [Birren, Schaie, 1985; Schaie, 1988]. Также все больше психологов обращаются к вопросу возрастных изменений в брачных и семейных ролях, ценности работы и форм дружбы, наблюдающихся по мере того, как взрослые вступают в зрелый возраст и проходят его [Gould, 1980; Levinson, 1986; Vaillant, 1977]. Исследования возрастных процессов взрослых служат и практическим, и теоретическим целям. В настоящее время доля людей в возрасте свыше 65 лет среди населения США растет, и предполагают, что она будет расти и дальше. По данным Бюро переписи населения, в 1989 году люди старше 65 лет составляли приблизительно 12% населения, и ожидается, что к 2020 году этот показатель достигнет 20%. Более того, ожидают, что продолжительность жизни детей, рожденных сегодня в США, увеличится до 71,1 года для мужчин и 78,3 года для женщин. Ясно, что побудительной причиной для продолжения исследований развития взрослых является возрастающая пропорция людей среднего и старшего возраста. Общество также берет на себя заботу о престарелых гражданах, создавая, например, дома для престарелых и деревни для пенсионеров, что существенно облегчает ученым общение с этими людьми. И наконец, эти исследования следует расширять хотя бы только по той причине, что они позволят получить полное описательное объяснение того, как «заканчивается история развития человека». Заключительная глава повести человеческой жизни ставит перед нами много психосоциальных вопросов, которые мы еще не до конца понимаем.

Будущие фундаментальные исследования личности несомненно расширят платформу своих изысканий, включив крупномасштабные *анамнестические исследования* людей, представляющих различные национальности, этнические группы, социальные классы и род занятий [Bertaux, 1981; Craik, 1986]. Эти исследования, по существу автобиографичные и дополненные личными документами, помогут нам лучше понять сложное взаимодействие социальных систем и людей, живущих на фоне исторических событий. Также можно ожидать, что формулировка еще более сложных и многогранных концепций развития человека (особенно что касается людей среднего и старшего возраста) станет насущной задачей

для будущих теоретиков [Woodruff-Pak, 1988]. Эти усилия, по нашему мнению, в конце концов откроют возможность для тонкой интеграции возрастных тенденций на протяжении взрослой жизни.

5. Изучение проблем, относящихся к практической деятельности человека

Практический аспект формального изучения личности берет свое начало еще в интересе Фрейда к причинам и лечению патологического поведения. Следовательно, история персонологических изысканий отражает сильный акцент на поведенческих феноменах, наблюдаемых лучше всего в психотерапевтических ситуациях. Эта ориентация особенно характерна для Адлера, Хорни, Юнга и, в какой-то степени, Эриксона. Интерес к патологическим и защитным аспектам функционирования человека также очевиден в теориях Фромма, Келли, Роджерса, Бандуры и Роттера. Но времена меняются, а с ними — темы и акценты в психологии личности. Замечательным примером подобных неизбежных перемен является то, что персонологи сейчас куда в большей степени стремятся и могут, чем это было 20 лет назад, изучать социальные проблемы реального мира. Исследованиям в этой области можно предсказать блестящее будущее.

Многие события, происходящие в последние годы, заставляют задуматься о персонологическом изучении *социальных проблем*, угрожающих будущему человечества. Гонка ядерных вооружений, экологическое загрязнение, глобальный энергетический кризис, увеличение уровня рождаемости в отсталых странах, эксплуатация и преследование меньшинств, исследование неизвестных территорий суши, моря и космоса заставили нас пересмотреть наше отношение к себе, друг к другу и к нашему окружению. Куда не посмотришь, везде видишь мир, меняющийся с невероятной быстротой, и человеческие привычки, традиции и ценности меняются вместе с ним. Действительно, одна из главных проблем сегодняшнего дня — неуверенность в том, во что верить и как жить. Молодые люди особенно растеряны перед лицом открывающейся возможности свободно выбирать ценности, идеологию и стиль жизни в их поиске такого подхода к жизни, который кажется «подходящим». Неудивительно, что психологи стали интересоваться социальной значимостью своей работы и вкладом, который они в конечном итоге могли бы сделать в решение проблем и спорных вопросов современного мира. Это стремление к социально релевантной психологии, несомненно, будет в значительной мере влиять на изучение личности. Будущим исследователям личности придется значительно расширить диапазон своей деятельности, если они хотят сохранить заметную позицию в науках о поведении. И области применения их открытий тоже будут более разнообразными.

В целом, размышляя над этой ситуацией на фоне событий, происходящих в мире, с уверенностью можно сказать, что внимание будет сосредоточено на следующих вопросах: нищета, расовая и половая дискриминация, контроль рождаемости, отчуждение, самоубийства, разводы, жестокое обращение с детьми, наркомания (включая алкоголизм), преступления и т. д. Проблемы касаются человеческого существования во всей его полноте. Психология, очевидно, будет играть решающую роль в попытках помочь людям сделать жизнь плодотворной и полной смысла. Недавно Бандура сказал: «Так как науку интересуют социальные последствия ее применения, психология должна содействовать пониманию психологических вопро-



Будущие исследования личности будут включать людей, относящихся к разным национальностям, этническим группам и социоэкономическим классам. (Joel Gordon)

сов, имеющих отношение к социальной политике, чтобы гарантировать, что ее открытия используются на пользу человечеству» [Bandura, 1977, p. 213].

Следствием этой предполагаемой тенденции большей вовлеченности в конкретный мир человеческих дел может быть то, что концепции и направления теории личности будут значительно более сложными и эклектичными, чем те, которые известны нам сегодня [Buss, 1984; Lamiell, 1987]. Другой возможный результат — это то, что персонологи будут больше взаимодействовать с социальными психологами, социологами, антропологами и этологами. Следовательно, в области проблем личности будет применяться *междисциплинарный подход* к исследовательским проблемам. В свою очередь, большее значение будет придаваться натуралистическим методам исследования (наблюдение и изучение людей в таком окружении, как дом, фабрика, больница и зал судебного заседания). Полевые исследования в принципе являются идеальным способом изучений личностного функционирования: ведь мы хотим понять поведение вне стен лаборатории! Персонология в конце концов неизбежно распространится на все секторы социального мира.

Заключение

Изучение личности очень похоже на сборку сложной головоломки. Различные направления, разбиравшиеся в этой книге, дают нам множество частей этой головоломки. Какие-то части, возможно, будут отброшены, как совсем не подходящие

к ней, а многие другие останутся. Тем не менее, мы предполагаем, что когда возникнет более определенная и ясная картина, в нее, как составные части, войдут элементы различных теорий личности. Следовательно, можно прийти к обоснованному заключению, что трудная задача интеграции всех «кусочков» в непротиворечивую и всеобъемлющую картину будет осуществляться с привлечением глубоких и интересных разработок, существующих сегодня в персонологии. Поэтому мы призываем вас узнать как можно больше о каждом направлении, предлагаемом теоретиками личности. После того, как вы изучите каждое направление подробно, вы будете лучше подготовлены к развитию своих собственных идей о природе человеческой личности. Теории личности, собранные в этой книге, будучи рассмотрены вместе, могут послужить вам отправным пунктом в исследовании того, как жить хорошей жизнью и понимать людей.

РЕЗЮМЕ

Главная идея этой книги состоит в том, что основные положения о природе человека образуют фундамент, на котором моделируются и проверяются взгляды на личность. Далее отмечено, что исходные положения теоретиков о природе человека приобретались и развивались в соответствии с другими их представлениями о мире.

Основные положения одновременно расширяют и сужают взгляд теоретика на личность. Например, теоретик, принимающий возможность свободного волеизъявления, будет, по определению, уделять внимание и акцентировать те аспекты функционирования человека, которые свидетельствуют о его способности действовать как свободное существо. В то же время он будет стремиться игнорировать или преуменьшить значение тех аспектов поведения человека, которые проще объяснить с позиций детерминизма.

Основные положения постоянно взаимодействуют с множеством других факторов в формировании теоретической позиции персонолога. Кроме основных положений, на мышление теоретика влияют такие обстоятельства, как исторический период, уровень развития психологии и других дисциплин к этому времени, академическое образование и личный жизненный опыт.

Значение этих положений для персонологии не уменьшится в будущем, так как они относятся к вопросу: что есть человечество? Следовательно, философские положения о природе человека будут фундаментом для всех будущих подходов к личности. Но изменятся люди, сумма накопленных знаний в психологии и связанных с нею дисциплинах, а также мир.

Теории личности можно обоснованно сравнить и сопоставить не только по основным положениям, но и по другим критериям. В этой главе мы оценивали главные направления теорий личности с точки зрения шести ключевых критериев, описанных в главе 1: верифицируемость, эвристическая ценность, внутренняя согласованность, экономность, широта охвата и функциональная значимость.

Психология личности — очень молодая область исследований, только в последние пять десятилетий (за небольшим исключением) в этой области возникли четкие и жизнеспособные направления. Тем не менее, персонология утвердила себя как плодотворная область исследований. Сегодня персонология достигла

своего расцвета, поскольку люди все больше осознают, что наиболее жизненно важные проблемы касаются их самих и их отношений с другими людьми.

Хотя будущие теории, конечно, не будут точными копиями существующих сегодня, все же идеи и открытия различных направлений, представленных в этой книге, не могут не иметь решающего влияния на будущие концепции личности. Это происходит потому, что прошлые и настоящие персонологи стремились к разрешению действительно острых проблем, и потому что каждый из них сделал какой-то ценный вклад в понимание тайн человеческой природы. Следовательно, творческие исследователи будущего будут опираться на богатое интеллектуальное наследие своих предшественников. Авторы утверждают, что эклектическая ориентация, объединение идей, предлагаемых разными направлениями, дадут наилучшую возможность для объяснения загадки личности в обозримом будущем.

Основное научное значение существующих подходов к человеку будет зависеть от того, в какой степени они стимулируют новые исследования. Более того, чтобы не потерять своей научной значимости, теории личности должны корректироваться по мере сбора новых эмпирических данных.

В заключительном разделе этой последней главы мы предположили, что новые исследования человеческой личности будут осуществляться по пяти основным направлениям: 1) изучение когнитивных процессов и их взаимоотношение с другими аспектами психологического функционирования; 2) изучение взаимодействия ситуационных факторов и личностных переменных и их вклад в поведение; 3) изучение нейрофизиологических, биохимических и генетических основ личности; 4) изучение личностного развития в среднем и пожилом возрасте; 5) изучение проблем, относящихся к практической деятельности человека.

С каждым годом растет количество интересных и критических исследований в этих областях, что обещает углубить и обогатить наше понимание природы человеческой личности.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

1. Согласны ли вы с тем, что исходные положения теоретиков о природе человека отражают их собственный жизненный опыт? Если согласны, то что, по-вашему, персонологи, представленные в этой книге, думали о себе и о других персонологах? Приведите несколько примеров, какими бы гипотетическими они ни были.
2. Какие из шести критериев для оценки теорий личности, обсуждавшихся в этой главе (и в главе 1), кажутся вам наиболее важными? Обоснуйте ваш ответ.
3. Как по-вашему, какие из пяти проблемных областей, обсуждавшихся в разделе «Новые перспективы в теоретическом и эмпирическом исследовании личности» этой главы, наиболее обещающи для достижения лучшего понимания личности человека? Поясните ваше мнение.
4. В этой главе мы утверждаем, что будущие исследования для достижения полного понимания человека будут руководствоваться различными направлениями, предлагаемыми прошлыми и современными теоретиками. Какое из всех направлений, представленных в этой книге (психодинамическое, когнитивное, феноменологическое, бихеовиральное и так далее), будет, по-вашему, иметь самое большое влияние на будущие исследования личности человека? Обоснуйте ваш выбор.
5. В разделе «Вопросы для обсуждения» в главе 1 вас просили определить личность и перечислить ваши собственные основные положения о природе человека. Теперь, когда

вы прочли эту книгу, изменилось ли ваше прежнее определение личности? Если да, как и почему? Осознаете ли вы в большей степени ваши собственные основные положения и то, как они влияют на ваши взаимоотношения с другими? Приведите какие-нибудь примеры (не только для себя).

ГЛОССАРИЙ

Анамнестическое исследование (Life history). Исследование жизни одного человека, основанное на автобиографической информации и других личных документальных данных.

Интеракционистский подход (Interactionist approach). Подход к персонологии, подчеркивающий важность построения концепции поведения, которое определяется и личностными, и ситуационными переменными.

Когнитивный процесс (Cognitive process). Способ, посредством которого мы приобретаем, трансформируем и храним информацию из окружения; то есть высшие психические процессы, которые мы используем, чтобы узнать и объяснить мир.

Междисциплинарный подход (Interdisciplinary approach). Подход к личности, подчеркивающий важность взаимодействия различных отраслей науки, то есть вклада, который могут сделать социологи, антропологи, этологи и другие ученые в понимание поведения человека.

Социоаналитическая теория (Socioanalytic theory). Личностная теория Хогана, которая подчеркивает эволюционную основу социальных паттернов поведения человека (например, групповой образ жизни или иерархическая организация).

Схема (Schema). Гипотетическая когнитивная структура, используемая для восприятия, организации и обработки информации.

Точка зрения, ориентированная на ситуацию (Situation-oriented view). Теоретическая и эмпирическая ориентация в персонологии, которая допускает, что поведение человека почти абсолютно определяется факторами окружения или ситуационными факторами.

Точка зрения, ориентированная на человека (Person-oriented view). Теоретическая и эмпирическая ориентация в персонологии, которая допускает, что конечные детерминанты поведения человека находятся внутри него (например, черты личности, чувства, мотивы, инстинкты).

Эклектизм (Eclecticism). Позиция, заключающаяся в том, что в каждом направлении личности есть что-то ценное для изучения и понимания поведения человека.

Я-схема (Self-schema). Схема, состоящая из тех определений, которые мы воспринимаем в качестве наиболее репрезентативных определений нашей Я-концепции.

БИБЛИОГРАФИЯ

Bandura A. (1977). Social learning theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Beck A. T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press.

Beck A. T., Rush A. J., Shaw B. F., Emery G. (1979). Cognitive therapy of depression. New York: Basic Books.

Bertaux D. (Ed.) (1981). Biography and society: The life history approach in the social sciences. Beverly Hills, CA: Sage.

Birren J. E., Schaie K. W. (Eds.) (1985). Handbook of the psychology of aging (2nd ed.). New York: Van Nostrand Reinhold.

Blass J. (1984). Social psychology and personality: Toward a convergence. Journal of Personality and Social Psychology, 47, 1013–1027.

Bronfenbrenner U. (1979). The ecology of human development. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Buss D. M. (1984). Evolutionary biology and personality psychology: Toward a conception of human nature and individual differences. American Psychologist, 39, 361–377.

Cantor N., Kihlstrom J. F. (1985). Social intelligence: The cognitive basis of personality. In P. Shaver (Ed.). Self, situations, and social behavior (pp. l5–34). Beverly Hills, CA: Sage.

Cantor N., Kihlstrom J. F. (1987). Personality and social intelligence. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Cantor N., Mischel W., Schwartz J. C. (1982). A prototype analysis of psychological situations. Cognitive Psychology, 14, 45–77.

Craik K. H. (1986). Personality research methods: An historical perspective. Journal of Personality, 54, 18–51.

Endler N. S. (1981). Persons, situations, and their interactions. In A. I. Rabin, J. Aronoff, A. M. Barclay, R. A. Zucker (Eds.). Further explorations in personality (pp. 114–151). New York: Wiley.

Emmons R. A., Diener E., Larsen R. J. (1986). Choice and avoidance of everyday situations and affect congruence: Two models of reciprocal determinism. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 815–826.

Fiske S. T., Linville P. W. (1980). What does the schema concept buy us? Personality and Social Psychology Bulletin, 6, 543–557.

Fiske S. T., Taylor S. E. (1991). Social cognition. New York: McGraw-Hill.

Gergen K. J. (1982). Toward transformation in social knowledge. New York: Springer-Verlag.

Gould R. L. (1980). Transformations during early and middle adult years. In N. J. Smelser, E. H. Erikson (Eds.). Themes of work and love in adulthood (pp. 213–237). Cambridge, MA: Harvard University Press.

Hogan R. (1982). A socioanalytic theory of personality. In M. Page (Ed.). Nebraska symposium on motivation (pp. 55–89). Lincoln: University of Nebraska Press.

Houts A. C., Cook T. D., Shadish W. R. (1986). The person-situation debate: A critical multiplist perspective. Journal of Personality, 54, 52–105.

Lamiell J. T. (1987) The psychology of personality: An epistemological inquiry. New York: Columbia University Press.

Lazarus R. S. (1984). On the primacy of cognition. American Psychologist, 39, 124–129.

Levinson D. J. (1986). A conception of adult development. American Psychologist, 41, 3–13.

Lewicki P. (1984). Self-schemata and social information processing. Journal of Personality and Social Psychology, 47, 1177–1190.

Loehlin J. C., Willerman L., Horn J. M. (1987). Personality resemblance in adoptive families: A 10-year follow-up. Journal of Personality and Social Psychology, 53, 961–969.

Markus H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. Journal of Personality and Social Psychology, 35, 63–78.

Markus H. (1983). Self-knowledge: An expanded view. Journal of Personality, 51, 543–565

Markus H., Smith J. (1981). The influence of self-schema on the perception of others. In N. Cantor, J. F. Kihlstrom (Eds.). Personality, cognition, and social interaction (pp. 233–262). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Mischel W. (1976). Introduction to personality (2nd ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston.

Moos R. H. (1973). Conceptualizations of human environments. American Psychologist, 28, 652–665.

Moos R. H. (1976). The human context: Environmental determinants of behavior. New York: Wiley.

Murphy G. (1968). Psychological views of personality and contributions to its study. In E. Norbeck, D. Price-Williams, W. McCord (Eds.). The study of personality: An interdisciplinary appraisal (pp. 15–40). New York: Holt, Rinehart and Winston.

Ozer D. J. (1986). Consistency in personality: A methodological framework. New York: Springer-Verlag.

Perlmutter M., Hall E. (1985). Adult development and aging. New York: Wiley.

Pervin L. A. (1978). Current controversies and issues in personality. New York: Wiley.

Peterson C., Seligman M. E., Vaillant G. E. (1988). Pessimistic explanatory style is a risk factor for physical illness: A thirty-five-year longitudinal study. Journal of Personality and Social Psychology, 55, 23–27.
Plomin R. (1989). Environment and genes: Determinants of behavior. American Psychologist, 44, 105–111.
Rowe D. C. (1989). Personality theory and behavioral genetics: contributions and issues. In D. M. Buss, N. Cantor (Eds.). Personality Psychology: Recent trends and emerging directions (pp. 294–307). New York: Springer-Verlag.
Rushton J. P., Fulker D. W., Neale M. C., Nias D. K., Eysenck H. J. (1986). Altruism and aggression: The heritability of individual differences. Journal of Personality and Social Psychology, 50, 1192–1198.
Sarbin T. R. (Ed.) (1986). Narrative psychology: The storied nature of human conduct. New York: Praeger.
Schaie K. W. (1985). Longitudinal studies of psychological development. New York: Guilford Press.
Schaie K. W. (1988). Ageism in psychological research. American Psychologist, 43, 179–183.
Schutte N. S., Kenrick D. T., Sadalla E. K. (1985). The search for predictable settings: Situational prototypes, constraint, and behavioral variation. Journal of Personality and Social Psychology, 49, 121–128.
Snyder M., Ickes W. (1985). Personality and social behavior. In G. Lindzey, E. Aronson (Eds.). Handbook of social psychology (3rd ed.). Vol. 2: Special fields and applications. New York: Random House.
Suls J., Mullen B. (1981). Life events, perceived control, and illness: The role of uncertainty. Journal of Human Stress, 7, 30–34.
Taylor S. E., Crocker J. (1981). Schematic bases of social information processing. In H. T. Higgins, C. P. Herman, M. P. Zanna (Eds.). Social cognition: The Ontario symposium (Vol. 1). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Tellegen A., Lykken D. T., Bouchard T. J., Wilcox K. J., Segal N. L., Rich S. (1988). Personality similarity in twins reared apart and together. Journal of Personality and Social Psychology, 54, 1031–1039.
Vaillant G. E. (1977). Adaptation to life. Boston: Little, Brown.
Veroff J. (1983). Contextual determinants of personality. Personality and Social Psychology Bulletin, 9, 331–343.
Wilson E. O. (1978). On human nature. Cambridge, MA: Harvard University Press.
Woodruff-Pak D. S. (1988). Psychology and aging. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Aronoff J., Wilson J. P. (1985). Personality in the social process. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Carlson R. (1984). What's social about social psychology? Where's the person in personality research? Journal of Personality and Social Psychology, 47, 1304–1309.
Conley J. J. (1985). A personality theory of adulthood and aging. In R. Hogan, W. H. Jones (Eds.). Perspectives in personality (Vol. 1, pp. 81–116). Greenwich, CT: JAI Press.
Loevinger J. (1987). Paradigms of personality. New York: Freeman.
Strelau J., Farley F. H., Gale A. (Eds). (1985). The biological bases of personality and behavior: Theories, measurement techniques, and development (Vol. 1). Washington, DC: Hemisphere.

Хьелл Ларри А., Зиглер Дэниел Дж.
Теории личности
3-е издание

Заведующий редакцией *П. Алесов*
Выпускающий редактор *Е. Егерева*
Научные редакторы *Ю. Ковалев, М. Гулина*
Художественный редактор *К. Радзевич*
Корректоры *А. Аверина, М. Рошаль, Л. Агапова*
Верстка *Н. Мигаловская, В. Кучукбаев*

Подписано к печати 30.11.07 Формат 70×100/16 Усл п л 50,7
Доп тираж 7000 экз Заказ 1212
ООО «Питер Пресс», Санкт-Петербург, Петергофское шоссе, д 73, лит А29.
Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции ОК 005-93, том 2;
95 3005 — литература учебная
Отпечатано с готовых диапозитивов в ОАО «Техническая книга»
190005, Санкт-Петербург, Измайловский пр., д. 29



СПЕЦИАЛИСТАМ КНИЖНОГО БИЗНЕСА!

ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «ПИТЕР»

предлагают эксклюзивный ассортимент компьютерной, медицинской, психологической, экономической и популярной литературы

РОССИЯ

Москва м. «Электрозаводская», Семеновская наб., д. 2/1, корп. 1, 6-й этаж; тел./факс: (495) 234-3815, 974-3450; e-mail: sales@piter.msk.ru

Санкт-Петербург м. «Выборгская», Б. Сампсониевский пр., д. 29а; тел./факс (812) 703-73-73, 703-73-72; e-mail: sales@piter.com

Воронеж Ленинский пр., д. 169; тел./факс (4732) 39-43-62, 39-61-70; e-mail: pitervrn@comch.ru

Екатеринбург ул. Бебеля, д. 11а; тел./факс (343) 378-98-41, 378-98-42; e-mail: office@ekat.piter.com

Нижний Новгород ул. Совхозная, д. 13; тел. (8312) 41-27-31; e-mail: office@nnov.piter.com

Новосибирск ул. Немировича-Данченко, д. 104, офис 502; тел./факс (383) 211-93-18, 211-27-18, 314-23-89; e-mail: office@nsk.piter.com

Ростов-на-Дону ул. Ульяновская, д. 26; тел. (8632) 69-91-22, 69-91-30; e-mail: piter-ug@rostov.piter.com

Самара ул. Молодогвардейская, д. 33, литер А2, офис 225; тел. (846) 277-89-79; e-mail: pitvolga@samtel.ru

УКРАИНА

Харьков ул. Суздальские ряды, д. 12, офис 10–11; тел./факс (1038067) 545-55-64, (1038057) 751-10-02; e-mail: piter@kharkov.piter.com

Киев пр. Московский, д. 6, кор. 1, офис 33; тел./факс (1038044) 490-35-68, 490-35-69; e-mail: office@kiev.piter.com

БЕЛАРУСЬ

Минск ул. Притыцкого, д. 34, офис 2; тел./факс (1037517) 201-48-79, 201-48-81; e-mail: office@minsk.piter.com

---


Ищем зарубежных партнеров или посредников, имеющих выход на зарубежный рынок.
Телефон для связи: **(812) 703-73-73**.
E-mail: fuganov@piter.com


Издательский дом «Питер» приглашает к сотрудничеству авторов.
Обращайтесь по телефонам: **Санкт-Петербург — (812) 703-73-72**,
Москва — (495) 974-34-50.


Заказ книг для вузов и библиотек: (812) 703-73-73.
Специальное предложение – e-mail: kozin@piter.com

Монография видных американских исследователей Л. Хьелла и Д. Зиглера адресована всем, для кого знание и практическое применение психологии необходимы в профессиональной деятельности. Прочесть ее будет полезно психологам и врачам, преподавателям и студентам, а также широкому кругу читателей, интересующихся вопросами современной психологии личности, межличностными и семейными отношениями. Книга охватывает широкий круг направлений в теории личности, разработанных такими крупнейшими учеными, как Фрейд, Адлер, Юнг, Эриксон, Фромм, Хорни, Кеттел, Айзенк, Скиннер, Бандура, Роттер, Келли, Маслоу, Роджерс. Большинство этих теорий (психодинамическая, бихевиоральная, феноменологическая) впервые в столь полном объеме представлено на русском языке.

Спрашивайте в книжных магазинах или заказывайте по почте

КНИГИ ИЗДАТЕЛЬСТВА «ПИТЕР»











Заказ книг:

197198, Санкт-Петербург, а/я 619
тел.: (812) 703-73-74, postbook@piter.com

61093, Харьков-93, а/я 9130
тел.: (057) 712-27-05, piter@kharkov.piter.com

ISBN 978-5-88782-412-3

9 785887 824123

www.piter.com — вся информация о книгах и веб-магазин